

Piliscsabai Polgár

2020/MÁJUS

PILISCSABA VÁROS KÖZÉLETI HAVILAPJA



6.

**ÖNKORMÁNYZAT:
INTERJÚ
BAKOS BULCSÚVAL**

8.

**OKTATÁS
KARANTÉN IDEJÉN**

12.

AZ ORVOS VÁLASZOL

16.

**KULTÚRA 2020:
BESZÉLGETÉS
SZELKE LÁSZLÓVAL**



COVID-KRÓNIKA

A KÖZELMÚLT KORMÁNYINTÉZKEDÉSEI ÖSSZEGEZVE

A koronavírusok alapvetően az állatok fertőzik, de egyes törzseik az emberre is veszélyesek. Ezek állatról emberre és emberről emberre is terjedhetnek. Így van ez a 2019 végén beazonosított új koronavírussal is, mely a kínai Hupej tartománybeli Vuhan város egyik piacán ütötte fel a fejét. Az általa okozott betegséget COVID-19-nek (coronavirus disease) nevezték el. Ez a vírustörzs a tavaly decemberben kitört járvány előtt ismeretlen volt, ezért jelenleg még nincs olyan gyógyszer vagy védőoltás, ami specifikusan az e koronavírus okozta fertőzést kezelné, ellenszerét folyamatosan fejlesztik. Amíg ebben nem érnek el eredményeket, a megelőzésére fektetik a hangsúlyt, ha pedig elkapjuk, a szervezet védekezőképességén múlik a betegség kimenetele. Ezért a megbetegedettek kezelése a tünetek enyhítését, az immunrendszer erősítését és az életfunkciók stabilitásának megőrzését célozza.

A december óta eltelt idő alatt több száz ezren fertőződtek meg világszerte, számuk elérte a kétmilliót, és áprilisra százezer fölé nőtt a halálos áldozatok száma. Bár Kínában lecsengeni látszik a vírusfertőzés, Európában és Amerikában folyamatosan terjed, Irán, Dél-Korea és Olaszország pedig regionális gócpontokká váltak. Európába január végén ért el a koronavírus, először Franciaországban és Németországban mutatták ki, majd február végén az olaszoknál nagy hirtelenséggel, robbanásszerűen terjedt el. Mára már több áldozata van Olaszországban a COVID-19-nek, mint a kiindulópontnak számító Kínában. A

vuhanai kezdet után két hónappal az EU összes országában megjelent a vírus, Orbán Viktor március 4-én jelentette be a hazai jelenlétét.

A magyar kormány március 11-én hirdette ki hivatalosan a veszélyhelyzetet, és ezzel egy időben több járványügyi intézkedést hozott. Intézménylátogatási tilalmat rendelt el az egyetemeken, a bejárást a távoktatás váltotta fel. A négy legfertőzöttebb országból (Kína, Irán, Olaszország és Dél-Korea) senki nem jöhetett be ettől az időponttól kezdve Magyarországra, csak a magyar állampolgárok. A kormánytisztviselők és az államtitkárok csak miniszteri engedéllyel utazhatnak. A szlovén és az osztrák határon visszaállt az ellenőrzés, ezekből az országokból nem érkezhetnek vonatok, buszok és repülők az országba. Az utazási tilalom területéről hazatérő magyaroknak automatikusan 14 nap karantén lett kötelező. A 100 főnél nagyobb beltéri és az 500 főnél nagyobb kültéri rendezvényeket betiltották, ahogyan az osztálykirándulásokat is, a „Határtalanul” programot és a magyar diákok külföldi nyelvtanulási programját pedig felfüggesztették. Kihirdették továbbá, hogy a lejárató okiratokat nem kell megújítani a vészhelyzet lejártáig.

Két nappal később, március 13-án, péntek este a miniszterelnök bejelentette, hogy a következő hétfőtől bezár az összes oktatási intézmény. Tíz területen állítottak fel akciócsoportokat, egy járványügyi mobil konténerkórház felépítését is elrendelték Kiskunhalason. Ötödik országgént pedig Izrael is felkerült arra a listára, ahonnan nem léphetnek be külföldiek Magyarországra területére.

A távoktatás, a digitális munkarend bevezetéséhez az Oktatási Hivatal március 14-én közreadta az első módszertani ajánlását az iskolák és a pedagógusok részére. A bíróságokon a rendkívüli ítélezési szünetet is ezen a napon rendelték el. Március 16-án újabb intézkedések következtek. A miniszterelnök bejelentette, hogy éjféltől az összes nem magyar állampolgár előtt lezárják a határokat, és minden rendezvényt betiltanak. Az éttermek, kávézók, üzletek csak 15 óráig lehetnek nyitva, kivéve az élelmiszerüzletek, drogériák, patikák.

Gazdasági intézkedéseket is hoztak, ezeket a kormányfő március 18-án ismertette. A magánszemélyek és vállalkozások addig megkötött hiteleinek tőke- és kamatfizetési kötelezettségét az év végéig felfüggesztették, a rövid lejáratú vállalkozási hiteleket pedig június 30-ig meghosszabbították. A 17-étől felvett új fogyasztási hitelek teljes hiteldíjmutatóját a jegybanki alapkamat plusz 5 százalékban maximalizálták. A turizmus, a vendéglátás, a szórakoztatóipar, a sport, a kulturális szolgáltatások és a taxiszolgálat területén a munkáltatók járulékfizetés-kötelezettségét teljes egészében elengedték. Ezekben a területeken a munkavállalók járulékát is jelentősen csökkentették. Nyugdíjjárulékot nem kell fizetniük, és az egészségbiztosítás díja a törvényi minimumra csökkent június 30-ig. A kata szerint adózó taxisok átalányadó szerinti fizetési kötelezettségét június 30-ig elengedték. Ezekben az ágazatokban a helyiségbérleti szerződéseket nem lehet felmondani és a bérleti díjakat nem lehet megemlíteni. Június 30-ig a turizmusfejlesztési hozzájárulást is elengedték. A munkavállalási szabályokat rugalmasabbá tették.

Március 28-tól április 11-ig kijárási korlátozások léptek életbe az országban. Ebben az időszakban csak alapos indokkal (például munkavégzés, vásárlás) lehet a lakóhelyen kívül tartózkodni, az élelmiszerüzletekben, drogériákban, a piacokon és a gyógyszertárakban 9 és 12 óra között pedig csak a 65 év felettiek vásárolhatnak. A kormányfő április 9-én jelentette be, hogy a kijárási korlátozást határozatlan időre meghosszabbítják, és hente döntenek majd a további alakulásáról.

Április elején több olyan intézkedés született, mely a járvány elleni védekezés és a gazdaság újraindításának céljára pénzt csoportosít át és von el más szektoroktól. A különböző minisztériumoktól 1345 milliárd forintot csoportosítottak át, továbbá az összes pártnak járó támogatás felét, a multinacionális láncok kereskedelmi adóját és a gépjárműadó eredetileg az önkormányzatoknak szánt részét. A pénzügyi szektortól 55 milliárd forintot vontak el.

Botzheimné Szűcs Emese

Forrás: koronavirus.gov.hu, index.hu, kormany.hu, Magyar Közlöny, egeszsegkalauz.hu

FELELŐS KIADÓ: PILISCSABA VÁROS ÖNKORMÁNYZATA XXX. ÉVFOLYAM, 5. SZÁM

FŐSZERKESZTŐ: SÓLYOM ÁGNES

MUNKATÁRSÁK: BALASI ANIKÓ, BOTZHEIMNÉ SZÜCS EMESE, KOMÁROMI-BAUKNECHT HAJNALKA, LICHTNECKERT ÉSZTER

TÖRDELÉS, NYOMDAI ELŐKÉSZÍTÉS: BARCSIK GÉZA

NYOMDA: PETHŐ NYOMDA

A CÍMLAPON: TAVASZI VIRÁGZÁS

ELÉRHETŐSÉGEINK: PILISCSABAI.POLGAR@GMAIL.COM, TEL.: +36 70 866 3289

A Piliscsabai Polgár havonta 2800 példányban, ingyenesen jelenik meg. A júniusi lapzárta: május 13.

A szerkesztőség fenntartja a beérkezett nyersanyagok szerkesztési jogát, kéziratot nem tartunk meg és nem küldünk vissza. Az újságban megjelenő hirdetések valóságtartalmáért felelősséget nem vállalunk.

HIRDETÉSI DÍJAK:

1/1	(185 mm X 272 mm)	48 000 Ft
1/2	(185 mm X 125 mm)	24 000 Ft
1/4	(90 mm X 125 mm)	12 000 Ft
1/5	(185 mm X 50 mm)	8 000 Ft
1/8	(59 mm X 90 mm)	6 000 Ft
1/16	(59 mm X 45 mm)	3 000 Ft

HIRDETÉSFELVÉTEL:

PILISCSABAI.POLGAR@GMAIL.COM +36 70 866 3289

Hirdetésfelvétel a júniusi számba: május 13-ig.



LÁTHATATLAN MUNKA

Van egy nap áprilisban, amit úgy hívnak: a láthatatlan munka napja. Azokról szól ez a nap, akik nincsenek rivaldafényben, akik csendben teszik a dolgukat, mindegy is, hogy milyen fizetségért, a fő, hogy csak ők tudják igazán, mennyi munka van abban, hogy valami simán menjen. Ha valami mindennap tiszta, az azért tiszta, mert valaki letakarította vagy kimosta. Ami rendben van, azt valaki rendbe tette, vagy nap mint nap rendbe teszi. Ha van mit enni, azt valaki megtermelte, feldolgozta, megvásárolta, megfőzte, elkészítette. Ha a gyerekek rendben felnőnek, okosodnak, akkor valaki tanította, nevelte őket, példát mutatott nekik.

2020 áprilisában mindannyian leckét kaptunk a láthatatlan munka fontosságáról. Amikor hirtelen átalakult az egész ország élete, amikor más környezetben és más helyzetekben találtuk magunkat, akkor sok olyan dologra derült fény, ami eddig magától működött, most pedig csak sok-sok szervezés, fejfájás, idegeskedés árán, vagy éppen sehogy sem működik.

Persze nemcsak a feladatok értékelődtek át a bezártság elmúlt időszakában, hanem sok minden más is: az időnk, a kapcsolataink, a magányunk, a rendelkezésünkre álló tér és a szabadságunk. Talán rádöbentünk dolgokra, amiket nem értékeltünk eléggé. Az is lehet, hogy van, ami most jobban megy, mint az élet rendes kerékvágásában ment. Bárhogy is legyen, a változás mindig kihívást jelent.

Ezért gondoljunk most, május elején különös hálával arra, aki felborította miattunk a születésünk előtti életét, aki újra és újra alkalmazkodott hozzánk, vállalta az életkorunk változásával járó újabb és újabb kihívásokat, aki kimosta, letakarította, megvásárolta, megfőzte, unos-untalan rendbe tette, elmondta, még százszor elmondta, aki tanított és nevelt, és akinek a munkáját csak akkor tudjuk igazán értékelni, ha már nem tudja tenni, amit csendben, láthatatlanul tett: az Édesanyánkra.

Solyom Ágnes





ÁTMENETI HÍD

Ideiglenes gyalogos átjáró épült a Kálmán király utcában a ledőlt híd helyén. A csaknem százharminc éves, régi híd még februárban omlott le. A most készült szerkezet gyalogos közlekedésre alkalmas, kerékpárunkat áttolhatjuk rajta, de a motorral történő közlekedés tilos. A törmelékek elszállítása és az építmény kivitelezési költsége 5 millió forint volt, melyet állami támogatásból fedezett az önkormányzat.

Az önkormányzat a híd újraépítéséhez vis major pályázatot nyújtott be. Az eredeti terméskövek nagy részét sikerült megmenteni, a tervek szerint újraépítéskor megtartják az eredeti híd boltíves jellegét.

HALAD AZ ISKOLAÉPÜLET FEÚJÍTÁSA



Sikeres pályázat eredményeként az idén megvalósul a Jókai Mór Általános Iskola energetikai korszerűsítése. Az iskola homlokzatán javában folyik a munka, készül a hőszigetelés, a lap megjelenésekor várhatóan már az új nyílászárókat is beépítették. A Jókai iskola Piliscsaba első polgári iskolája, több mint egy évszázados fennállása során az épület a település egyik szimbólumává vált.



FERTŐTLENÍTÉS

A Piliscsabai Önkéntes Tűzoltó Egyesület ózongenerátorokat vásárolt a vírus elleni védekezésben részt vevő önkéntesek és az önkormányzat gépjárműveinek fertőtlenítéséhez. Az eszköz légtér tisztítására és különböző felületek fertőtlenítésére alkalmas. Használata elsősorban élelmiszerraktárakban, gyárakban és orvosi rendelőkben gyakori.



SEGÍTSÉGBEN NINCS HIÁNY

A Piliscsabai Napsugár Óvoda dolgozói a járvány elleni közös védekezés jegyében arcmaszkokat varrnak a lakosság részére. A szükséges szöveteket és gumipántok nagy részét felajánlásból biztosítják. A piliscsabai Margareta Varrókuckó már több száz saját készítésű szövetmaszkot juttatott el a Heim Pál Kórháznak. Ezzel párhuzamosan egy piliscsabai civil levelezőlistán megjelent magánkezdeményezés eredményeként a Jahn Ferenc Dél-pesti Kórház neurológiai osztályából kialakított covid részlegben dolgozók 167 db FFP2 maszkot kaptak, összesen 425 000 forint értékben. Az adományozáson felül a csabaiaknak lehetőségük volt saját célra is rendelni minősített maszkokat. Egy lelkes támogató közreműködésével így összesen 500 FFP maszk beszerzése valósult meg. A koronavírus terjedésének lassítása érdekében az önkormányzat is vásárolt minősített védőeszközöket. Ezekből első körben a helyi egészségügyi dolgozók, a polgárőrök, a rendőrök, az önkéntes tűzoltók, a hivatali és az önkormányzati dolgozók kaptak.



BŐVÜLT A KAMERARENDSZER

A képviselő-testület városi térfigyelő rendszer bővítéséről döntött még 2019-ben. Ennek eredményeképpen idén áprilisban 5 új kamera kapott helyet kifestésű oszlopokon. A kamerák kihelyezését az Elművel folytatott engedélyeztetési eljárás előzte meg. A térfigyelő rendszer nagyban hozzájárul ahhoz, hogy Piliscsaba továbbra is az ország és Pest megye egyik legbiztonságosabb városa legyen.

Egyetem utca – Béla király utca csomópont

A berendezés az Egyetem utcai kereszteződésben, a Benedek Elek park, valamint a Pádurai Szent Antal Iskola nagy létszámú gyerekforgalmát, a gyermekeknek az úton való biztonságos átkelését, valamint az Egyetem utcai lakótelep megnövekedett forgalmát figyeli.

Kinizsi Pál utca – Bajcsy-Zsilinszky utca csomópont, Városháza előtt

A kamera a kereszteződésben, a Városháza előtti gyalogátkelőhelyen a gyalogosok átkelésének biztonságát, valamint a Városháza megnövekedett gépjárműforgalmát figyeli.

Vár utca – Piliscsaba Szennyvíztisztító telep, az Álomvölgy bejáratánál

Ezen a helyszínen a térfigyelő kihelyezésével a rendszeres illegális hulladék elhelyezésének visszaszorítása volt a cél.

Tinnyeai út, Álomvölgy bejárat

Ide lakossági felajánlásból került figyelőpont: az Álomvölgy lakópark közössége finanszírozott egy új kamerát a lakópark másik bejáratához, melyet a kivitelezést követően önkormányzati kezelésbe adtak. Itt szintén a rendszeres illegális hulladék elhelyezésének visszaszorítása volt a cél.

Garancsi út – Iskola utca csomópont

A csomópont egy igen forgalmas kereszteződés, itt reggelként a Hauck iskola diákjai nagy számban közlekednek, az ő biztonságukat is szem előtt tartva esett a választás erre a helyszínenre.

Simon Gyula
közrendvédelmi tanácsnok

ÚTFELÚJÍTÁS



A Kálmán király úton szilárd burkolatot kapott a József Attila utca és a Széchenyi István utca közötti szakasz. Az útfelújítás az önkormányzat és a DMRV együttműködésének köszönhetően valósult meg. A jelentős autósforgalmat lebonyolító úton korábban gyakoriak voltak a csőtörések. Az útfelújítás előtt a DMRV az út teljes szakaszán kicserélte a vezetékeket.





SZOLGÁLNI A VÁROST INTERJÚ BAKOS BULCSÚ KÉPVISELŐVEL

Bakos Bulcsút sokan ismerik a városban. 25 éve kötődik Piliscsabához, a fiatalok közül sokan az ő segítségével tanultak meg síelni, a klotildligeti plébánia képviselő-testületében évekig aktívan szolgált. Ősz óta pedig képviselőként segíti a város boldogulását.

Miért döntött úgy, hogy közhivatalt vállal?

Polgármester úrral való kapcsolatom nem új keletű, együtt alapítottuk a KDNP-t Piliscsabában 2009-ben. Öt évvel ezelőtt ő kért meg először, hogy induljak az önkormányzati választásokon, de akkoriban még nem voltam olyan élethelyzetben, hogy vállalni tudjam a megmérettetést, nagyon kicsik voltak még a gyermekeim. Azt mondtam, hogy ha esetleg öt év múlva újra szüksége lesz rám, akkor indulok. András nem felejtette el, amit ígértem, és szavamon fogott. Most sem volt könnyű igent mondani, de betartottam ígéretemet és elindultam a választásokon. Megválasztásomig – ami egyébként meglepetésként ért – a klotildligeti római katolikus egyházközség képviselője voltam. Már jelölésemkor elhatároztam, hogy ha esetleg megválasztanak, akkor az egyházközségi teendőimet leadom,

mivel ezt a két feladatot egymás mellett megfelelően ellátni számomra lehetetlen.

Most mekkorák a gyerekei?

Négy gyermekünk van: a fiúk, Zsombor és Kolos 14 és 6, a lányok, Réka és Virág 12, illetve 10 évesek.

Úgy tudom, a családban volt már más is képviselő Piliscsabán. Ön mióta él itt?

Apósom, Csizmadia László két cikluson keresztül volt képviselő. Feleségemmel, Orsival 2003-ban házasodtunk össze, azóta élek itt, de mivel 1995-től udvaroltam neki, sokat jártam Piliscsabára, és így elég régi kapcsolatom van mind a településsel, mind az itt élőkkel.

Mivel tudja segíteni az önkormányzat és a polgármester munkáját?

Alapvetően közlekedésmérnök vagyok, logisztikát és közlekedésszervezést tanultam, most üzletkötő-projektmérnökként dolgozom egy német cég magyarországi leányvállalatánál. Eddigi munkahelyeimen többek között forgalomtechnikával, ütfenntartással is foglalkoztam, valamint vezetői tapasztalatokat is szereztem. Így a közlekedéssel kapcsolatos kérdésekben eléggé otthon vagyok, különösen ebben tudom segíteni a várost, ezért is vállaltam a fejlesztési bizottsági tagságot. Meggyőződésem, hogy a városüze-

meltetés – útfelújítás, kátyúzás, parlagfűirtás, hőeltakarítás stb. – optimalizálásában sok még a tennivalónk, remélem, ehhez hozzá tudok járulni.

A másik nagy szívügyem a sport. Magam is sokat mozgok, a helyi öregfiúk focicsapatában játszom, versenyszerűen vitorlázom, valamint síelek és kerékpározom. Ezért tartom támogatandónak önkormányzati oldalról is a fokozottabb, többretnű sportfinanszírozást. Vallom: ép testben ép lélek!

Mi a legnagyobb kihívás ebben a ciklusban?

A sport mellett nagyon fontosnak tartom városunk fejlesztését. Ez ügyben most izgalmas időszak előtt állunk. Mint ismeretes, a PPKE piliscsabai campusa és a Iosephinum területének egy része átkerült állami kézbe, ezeken a területeken új, nagy állami beruházások várhatók. A kérdés, hogy Piliscsaba hogyan tud kapcsolódni ehhez, ugyanis az állami fejlesztésekhez jól működő lakókörnyezet is szükséges. Most ebben a nehéz, vírusos időszakban nem szabad lankadnunk, haladni kell a fejlesztési anyagokkal, hogy jókor, jó helyen tudjunk ezekkel megjelenni. A jelenlegi helyzetből az az önkormányzat jöhet ki nyertesnek, aki úgymond nem „átalussza” ezt az időszakot, hanem kidolgozza fejlesztési elképzeléseit, hogy amikor eljön az ideje, be tudja nyújtani pályázatait.

Mit takar ez a fejlesztési terv pontosan?

Ez egy komplex fejlesztési terv, ami éppúgy magában foglalja a település infrastruktúra-fejlesztési igényeit (pl. csapadékvíz-elvezetés, csatornahálózat, úthálózat stb.), mint a szociális ellátás igényeit, a rekreációs szolgáltatások fejlesztési elképzeléseit, valamint a vallási-spirituális élet kiteljesedéséhez szükséges feltételeket is. Nagyon átfogó, nagy volumenű terv, melynek segítségével el akarjuk érni, hogy a város minőségi életfeltételeket nyújthasson minden itt lakónak. Ennek a tervnek folyamánya, hogy külsős tagként bekerült a fejlesztési bizottságba Tóth János, akinek nagy tapasztalata van a hasonló méretű, komplex fejlesztések koordinálásában. Nagy szükségünk van az így elérhető forrásokra. Csak hogy mást ne mondjak, sokan várják már Piliscsabán, hogy aszfaltozzunk végre. Ehhez azt érdemes tudni, hogy a város költségvetése mindössze körülbelül 1,6 milliárd forint/év környékén van, amiből 100 millió forint fordítható fejlesztésre. Belátható időn belül ebből nem lehetne a város útjainak 30%-át (ennyi a burkolatlan!) leaszfaltozni, úgy, hogy sok helyen még a szennyvízcsatorna is hiányzik.

Milyen elvek alapján végzi a munkáját?

Nagyon fontos számomra, hogy egész képviselői munkámban megjelenjen a keresztény értékrend. Semmilyen elvtelen kompromisszumba nem szeretnék belemenni. Úgy gondolom, hogy képviselőként mindannyiunknak

csak a város szolgálata lehet a célunk. Mindenkit hagyni kell dolgozni, alkotni abban, amihez ért. Úgy érzem, hogy a mostani képviselő-testületben megvan a képesség arra, hogy összefogva együtt dolgozzunk a városért, ki-ki a saját tehetsége szerint. Hiszem, hogy a közért való munka olyan magasztos hivatás kell legyen, amelynek során nem kaphat helyet semmilyen egyéni érdek.

Komáromi-B. Hajnalka



ÖNKORMÁNYZÁS A JÁRVÁNY IDEJÉN

A saját életében mindenki hamar szembesült a ténnyel, hogy mennyire megváltoztatta mindennapjainkat a koronavírus-járvány. De miben változott a város élete? Farkas András polgármesterrel készült interjúnkban a legfontosabb teendőkről és a megváltozott hivatali munkáról beszélgettünk.

Minden másképp zajlik mostanában, mint megszoktuk, ezt az interjút is e-mailben készítjük. Hogyan változott meg a munka a városházán?

A hivatali dolgozóknak nagyjából 40%-a dolgozik itt, a városházán, a többiek home office-ban, otthonról, a munkavégzéshez szükséges informatikai feltételeket számukra is biztosítottuk. Az önkormányzat működése nemcsak a helyszínben változott: a képviselő-testület a veszélyhelyzet idején nem ülésezik, a döntéseket ilyenkor a polgármester hozza meg, de minden döntésről előzetesen egyeztetek a képviselőtársaimmal. A járvány idején az önkormányzati munkában megváltozott a korábbi prioritási sorrend. Ez azt jelenti, hogy elsősorban a védőeszközök beszerzéséről, a fertőtlenítésről és az

KÉSŐBB LESZ A KÖZMEGHALLGATÁS

A korábban június 9-re tervezett és meghirdetett rendes éves közmeghallgatás a koronavírus-járvány miatt elmarad. A kihelyezett testületi ülést az önkormányzat a járványhelyzet függvényében egy későbbi időpontban tartja meg. Az új időpontról később tájékoztatjuk Önöket.

KÉSŐBB DÖNTENEK A KITÜNTETÉSEKRŐL

Egy önkormányzati rendelet értelmében a képviselő-testület minden évben dönt kitüntetett címe adományozásáról. A hazánkat is sújtó járvány miatt idén a testület az elismerések odaítélését és a díjak átadását bizonytalan ideig elhalasztja.

választása azonnal megtörtént, és egy kaputelefont is elhelyeztünk a rendelő bejáratánál. A továbbiakban pedig az országos operatív törzs utasításait követve hoztuk meg saját intézkedéseinket. Az első között volt például az idők ellátásának megszervezése. Ezt a munkát alapvetően a Családegyeztető Szolgálat munkatársai és több önkéntes végzi.

Vannak-e olyan munkálatok, melyeket a járvány miatt kénytelenek voltak elhalasztani?

A fejlesztéseket továbbra is folytatjuk, tehát a tavaly elnyert pályázati forrásokat felhasználjuk. Felújítjuk a Jókai iskolát és az orvosi rendelőt, és megvalósítjuk a tavaly elnyert pályázati forrásból a járdafelújítást. Azon karbantartási munkálatok – például a kátyúzás és az útjavítások –, melyeket minden év tavaszán elvégzünk, most is megtörténtek. Terveink szerint az országzászló állítása is megvalósul a közeljövőben. A csatornázással és az útépítéssel kapcsolatos fejlesztéseket azonban el kell halasztanunk.

Milyen mértékben írta felül az új helyzet a már elfogadott költségvetést?

A bevételi oldalon jelentős a csökkenés. A súlyadó állami elvonása 27 millió forint bevételkiesést jelent, és várható, hogy az iparüzési adóból származó bevétele is csökken a városnak. Ez már a jövő évet is érinti. Adóbehajtásra pedig a járvány alatt nincs lehetőségünk... A korábban tervezett rendezvényeket viszont lemondtuk, ezek költségei megmaradnak, ugyanúgy, mint a civil és a sportéletre tervezett támogatási összegek is.

Nagyon sok még a bizonytalan tényező, nem tudjuk, hogyan fognak befolyjni az állami normatívák, milyen kiadásainkat fedezi majd az állam, illetve hogy az intézmények működtetése mennyibe fog kerülni így, hogy zárva van például az óvoda.

Van-e Piliscsabának települési szintű terve a jövőre nézve?

Igen, van. Felkészültünk arra is, ha komolyodna a fertőzöttség helyi szinten, megvan-nak a forгатatókönyveink.

BA

RENDRAGYÓ BEIRATKOZÁS AZ ÓVODÁBAN

Minden évben izgalmas és egyben elgondolkodtató az óvodai beiratkozás. A szülők telis-tele vannak kételyekkel, elvárásokkal, kérdésekkel. Az ovi pedig izgatottan várja szeptember 1-től az új, kicsiny ovisait, akik mindig okoznak meglepetést az óvodában dolgozó felnőttek számára. Minden évben van lehetőség beszélgetésre, személyes tapasztalatszerzésre, kérdésekre és válaszokra. Ez az idén kicsit másként valósul meg.

Jelen pillanatban még folyamatában vagyunk az óvodai beiratkozásnak. A számok nem fontosak, hiszen nem véglegesek. Sajnos nagyon sokan még nem jeleztek, így marad a postai út, ez megnehezíti és lassítja az intézmény és a család közötti kapcsolattartást.

Ahogy nem volt teljesen zökkenőmentes a digitális oktatásra való átállás néhány közoktatási intézményben, ez a probléma az oviban is érezhető a beiratkozás kapcsán. Azonban igyekszünk segíteni és türelmesnek

lenni azokkal, akik 2020. szeptember 1-től szeretnék óvodába jártni gyermeküket Piliscsában. Az óvodapedagógusok és az óvoda munkatársai szeretettel várják a kicsiket, és igyekszünk a helyzetnek megfelelően lehetőséget biztosítani majd az ismerkedésre, beszélgetésre.

Nem tudom, hogy mit hoz a holnap, de véleményem szerint Piliscsaba kicsiny gyermekeinek napfényt, szabad játékot a levegőt és bent a szobában, meséket, verset, mondókat, gyermekdalokat, festést, ragasztást, mozgást és öneledt mosolyt. Egyszóval nagyon boldog ovis gyermekeket. Kedves Szülők! Ez rajtunk múlik! Nem az ovin és nem kizárólag a családon! Mert csak együtt érhetünk el igazán sikereket.

Székely Szilvia
óvodavezető

Piliscsabai Napsugár Óvoda és Tagóvodái

AMIT TUDNI ÉRDEMES AZ IDEI ÉV BEIRATKOZÁSÁRÓL

- A bejelentett piliscsabai lakcímmel rendelkező, óvodaköteles (2020. augusztus 31-ig 3. életévét betöltő) gyermekek esetében, akik nem jelentkeztek más (nem önkormányzati) fenntartású óvodába, automatikussá válik a Piliscsabai Napsugár Óvoda valamely tagintézményébe a felvétel.
- Azon tagintézménybe kerül felvételre az óvodaköteles gyermek, amelynek körzetében van regisztrálva az érvényes lakcímkártyája szerint.
- Létrehozunk egy e-mail-címet a beiratkozás megkönnyítése érdekében, ahol lehet akár érdeklődni, akár jelezni az óvodakezdesi szándékot. Amely szülő erre az e-mail-címre küld levelet, annak mihamarabb igyekszünk válaszolni minden kérdésére. Így tudunk egyfajta párbeszédet lebonyolítani és el tudjuk küldeni a határozatot az óvodai felvételtől a postai út kikerülésével, ezzel megkönnyítve a munkát és a kommunikációt az óvoda és a család között.
- Beiratkozással kapcsolatos e-mail-cím: napsugarovi.beiratkozas@gmail.com

DIGITÁLIS OKTATÁS ÉS BEIRATKOZÁS A JÓKAIBAN

Mint minden nehézségnek, ennek a rendkívüli munkaformának is megvan a pozitív és negatív oldala. Ilyen összefogást, segítőkészséget, odafigyelést és türelmet évtizedek óta nem tapasztaltam, mint most. Minden munkatársam egy emberként dolgozott azon, hogy minél előbb be tudjuk indítani a digitális oktatást. A szülők, főleg az első héten, azt sem tudták, hogyan oldják meg gyermekük felügyeletét, az IKT eszközök otthoni beosztását, de egy zokszó nélkül mindent elintézték.

Egyetlen ügyeletes gyermekünk sincs, pedig felajánlottuk a lehetőséget. Egyetlen családnak kellett az internetes hozzáférésben segíteni, de az is megoldódott. Tanáraink classroom/googlegroups csoportokat hoztak létre, messengeren, e-mailben és a KRÉTA rendszeren keresztül végzik munkájukat. Kreativitásuk határtalan, de itt a családok feladatmegoldásaira is gondolok. Főleg a készgátárgyak online oktatása okoz fejtörést, de ilyen csodálatos beküldött videófelvételeket, kerti mandalákat még nem láttam, mint amiket pedagógusaink büszkén mutogatnak.

Negatív oldal. Mind a pedagógusokra, mind a családokra mérhetetlenül sok feladat zúdult. Teljesen újra kellett gondolni, hogyan tudnánk a tananyag sérülése nélkül csökkenteni a terheket. Nagy szerencse, hogy a törzsanyag 70%-át már teljesítettük márciusig, és ha nem tudunk visszatérni ebben a tanévben, akkor sem jelent problémát a tanév lezárása. Tanulóink nagyon hiányoznak! A személyes kontaktust nem pótolhatja semmi sem.

A beiratkozás gördülékenyen zajlik a KRÉTA rendszeren és e-mailen keresztül. A rendkívüli helyzetre való tekintettel egész áprilisban lehet jelentkezni. Április 16-ig 24 fő jelentkezett intézményünkbe, ami nagy örömmel tölt el, és igazolja az intézmény vezetése és pedagógusai munkájának eredményességét.

Virágh Norbertné

A CSALÁDSEGÍTŐ ÉS GYERMEKJÓLÉTI SZOLGÁLAT HÍREI

Az élelmiszeradomány közvetítése kiszállítás formában történik a járvány idején. A rászoruló ügyfeleinket keresni fogjuk. Érdeklődni a következő elérhetőségeken lehet: 06 70 456 5493, csaladsegito@piliscsaba.hu

A járvány idején a jogi tanácsadás szünetel.

Kedves piliscsabai lakosok!
A lakosság segítségét kérjük, ugyanis önkéntes munkára van szüksége a településnek az idősök ellátásának megerősítésére. A segítségnyújtás bevásárlásra, esetleg gyógyszerek beszerzésére értendő. Kérjük, aki tud és szívesen segítene, keressen minket telefonon keresztül a 06 70 456 5493-as számon, illetve e-mailben a csaladsegito@piliscsaba.hu címen. Ha tudnak a környezetükben olyan 60 év feletti lakosról, akiről a hozzátartozói nem tudnak gondoskodni (bevásárlás, gyógyszerkiváltás, ügyintézés), kérjük, szintén keressenek fel bennünket e-mailen keresztül vagy telefonon.

DIGITÁLIS OKTATÁS VAGY ISKOLA?

A Hauck iskola kapuja több mint másfél hónapja zárva áll diákjaink előtt, és most már bizonyossá vált az, ami a legtöbb szakember számára az első pillanattól egyértelmű volt. A diákok és a szülők egy része csak most szembesült azzal, hogy az iskola nem csak egy tölcser – egy egyirányú csatorna –, amelyen keresztül beletöltjük a tudást a gyermekekbe, majd a késztermék su-li után hazasétál. Sokkal többről van itt szó, egy nagyszerű komplexitásról. Az iskola egy közösségi tér, ahol számtalan szituáción, konfliktuson és problémamegoldáson keresztül haladunk diákjainkkal közösen a közösségépítés, önismeret és ismeretszerzés soha véget nem érő ösvényén. A direkt módon történő tudás- és ismeretanyag átadásnál jóval többről van szó; egyéni tapasztalatszerzésről, véleménycseréről és közös élmények megéléséről. Ezek mind együttesen alakítják és formálják a gyermekeket, és amikor ezek kimaradnak egy diák életéből, akkor az iskola nem képes teljes egészében betölteni a funkcióját.

Az elmúlt időszakban arra kényszerülünk, hogy egy teljesen új típusú tanítási formára álljunk át. Ez a fajta ismeretátadás nélkülözi a közösséget, és emiatt nem lehet soha egyenrangú az iskola intézményével.

Természetesen mindent megteszünk annak érdekében, hogy a lehetőségekhez képest a legjobbat hozzuk ki a helyzetből. Ez mindenki számára – mind a pedagógusoknak, mind a diákoknak és szüleiknek – teljesen új

situáció. Éppen ezért arra törekedtünk az első pillanattól kezdve, hogy ne akarjunk lehetlent kérni senkitől, hanem az egyszerűbb, ám biztos alapoktól induljunk, és onnan építsük fel a digitális oktatást. Iskolánk a Google Classroom platformot használja elsődlegesen, kiegészítve a Mozanapló már jól bevált rendszerével, és a hetek során ezekhez társultak a Discord, Redmenta, Zoom, #school alkalmazások. A tananyagok átadása és tanítása, valamint a számonkérés tantárgyaktól független, a tanárok és diákok egyéni igényeit és preferenciáit is figyelembe véve a fent sorolt felleteken rugalmasan valósul meg. Amennyire lehetséges, szabad kezét kapnak a tanárok, de szigorú szabályok szerint mindannyian egy tömbösített órend alapján dolgozunk, hogy ne legyenek eltérések a tananyag kiosztása és visszakerése, valamint a számonkérés határidejében. Ez az órend kevesebb tanórát tartalmaz, mint az eredeti, de minden tantárgy szerepel benne. Fontos, hogy ne kerüljön túl sok anyag egyszerre a diák elé, mert akkor kezelhetetlenné válik számára, és elvesz az adatok rengetegében.

Az eddigiek alapján kijelenthetjük, hogy diákjaink jól vették a megpróbáltatásokat, a szülői visszajelzések is pozitívak. Nyilvánvalóan ez nekik is nagyon megterhelő, de ők is nagyra értékelik tanáraink igyekezetét. Pedagógusaink nagyon komoly számítástechnikai, szakmai és módszertani felkészültségről adtak tanúbizonyságot. Aki kevésbé jártas az

informatikai technológiában, azoknak a többi kollégánk tud segíteni, illetve azok a pedagógusok, akiknek jelenleg kevesebb az órájuk, besegítenek a többi tantárgy oktatásában. Tovább folytatódnak az egyéni fejlesztések és felzárkóztató foglalkozások is.

A mi iskolánkra vonatkoztatva kijelenthetem, hogy az általunk kitalált rendszer működik, a pedagógus, diák, szülő háromszög más alapokon bár, de stabil maradt. A digitális oktatás zajlik, nálunk viszonylag zökkenőmentesen, de ez önmagában sohasem veheti fel a versenyt az iskola klasszikus értékeivel. Jó tapasztalat, sokat tanultunk belőle. Köszönjük, ennyi elég volt!

A legnagyobb hozadék az lenne, ha a pedagógustársadalom, diákok és szülők most szerzett tapasztalatainak, tudásának és módszereinek felhasználásával alakítanánk ki egy modern, új, mindenre kiterjedő és előremutató Nemzeti Alaptantervet, és akkor a most befektetett energiánk tényleg megtérülne és hosszú távon lenne kamatoztatható.

Köszönjük a diákok és szüleik helytállását és minket is megerősítő támogatását!

Ruskó András
igazgató



KEDVES OLVASÓK!

Szerkesztőségünk 2015 márciusa óta készíti Önöknek a Piliscsabai Polgárt. Akkor több hónapos szünet után raktunk össze egy lapszámot, öt éve azonban hónapról hónapra ott találják a postaládájukban azt az újságot, ami igyekszik tájékoztatást nyújtani Piliscsaba életéről, az önkormányzat munkájáról, ami olvasnivalót kínál, programot ajánl és beszámol az itt törtétekről.

Az évek során sokukkal dolgoztunk együtt, sokukra építhettünk, ezért köszönet mindenkinek, aki akár rendszeresen, akár alkalmanként írt nekünk, fotózott vagy híreket küldött, témát javasolt, választott a kérdéseinkre. Szerencsére általában nem látszik, de mondhatom, sokat dolgoztunk azért, hogy az újság tartalmas, színes, arányos legyen, és mindig időben megjelenjen.

2020 májusában lejár a lap szerkesztésére kötött szerződésünk, és még nem tudjuk, mi lesz a Polgár sorsa. De akárhogy is lesz, arra kérem önöket, osszák meg velünk a véleményüket az újságról és egyben eddigi munkánkról. A három perc alatt kitölthető internetes kérdőívet itt találják: BUZAMEZO.HU/POLGARKERDOIV

Számítunk a visszajelzésükre, köszönjük, ha megosztják velünk véleményüket!



Solyom Ágnes
főszerkesztő

MEGSZÜLETTEK

- Ladjánszki Amanda 2020. 03. 04.
- Oláh József 2020. 03. 05.
- Kásai Luca Bernadett 2020. 03. 17.
- Muszela Krisztián 2020. 03. 21.
- Stefán Olivér Noel 2020. 03. 21.
- Turó Bence Zoltán 2020. 03. 21.
- Rónaszéki Nimród 2020. 03. 23.
- Quintz Ákos Iván 2020. 03. 27.
- Horváth Anna Boglárka 2020. 03. 28.
- Peller Fábián 2020. 03. 30.

HIRDETÉSFELVÉTEL:
PILISCSABAI.POLGAR@GMAIL.COM
+36 70 866 3289



MÁV LAKOSSÁGI FÓRUM



Lakossági fórumot tartottak a MÁV képviselői március 2-án Pilisvörösváron, a Művészetek Házában. A rövid előadások témái a vasúti fejlesztések és a menetrend voltak, majd a lakossági kérdések megválaszolására is sor került.

Fejlesztések és menetrend

Az este 6 órakor kezdődő fórumra eljött néhány környékbeli település polgármestere, Csenger-Zalán Zsolt országgyűlési képviselő és a környező települések lakosai is. A megjelenteket Biber Anett, a MÁV-csoport szóvivője köszöntötte. A MÁV Zrt. részéről Kiss Gábor pályavasúti területi igazgató volt jelen, míg a MÁV Start Zrt.-t Szalai Dániel menetrend-tervezési vezető képviselte. Elsőként Kiss Gábor mondott néhány szót az esztergomi vasútvonal kapcsán megvalósult fejlesztésekről. Elmondta, hogy az elmúlt időszakban nemcsak a vasútvonal épült át, hanem megújultak az állomásépületek, P+R parkolók létesültek, megújult az infrastruktúrához kapcsolódó forgalomirányítás, és ezen a vonalon is villamos vontatással közlekednek a személyszállító vonatok. Kiss Gábor hozzátette, hogy a MÁV tervei között szerepel ezen a vonalon további P+R parkoló építése, melyekhez már engedélyes tervekkel rendelkeznek. Terv még új jegyautomaták telepítése és

a MÁV applikáció fejlesztése. Elmondta, hogy a munkatársak védelme érdekében testkamrákat kaptak a jegyvizsgálók, de hozzátette, hogy a fokozatosan bevezetendő központi irányítással az állomásokon dolgozóknak nem lesz szüksége erre, hiszen a központi irányítással jelentősen lecsökken a személyzet száma.

Szalai Dániel elsőként az utasszám dinamikus növekedéséről beszélt, arról, hogy egyre többen költöznek az agglomerációba, és nagy az igény arra, hogy vonattal tudjanak a fővárosba közlekedni. Az egyik nagy menetrendi fejlesztésként emelte ki az éjszakai járatok bevezetését. 2019 decembere óta él a jelenlegi menetrendi struktúra, az óránkénti 3 pár vonat helyett 4 pár közlekedik, zónázó, gyorsított, illetve személyvonatok. Elmondta, hogy a Budapest-Nyugati pályaudvarra beérkező vonalon – az állomáson és az át nem épített szakaszon – kapacitásproblémákkal küzdenek, ezért ezen a vonalon óránként 2 pár vonattal nem tud többet közlekedtetni a MÁV. Hozzátette, hogy a MÁV Start Zrt. a menetrend elkészítését az Innovációs és Technológiai Minisztérium megbízásából közszolgálatóként végzi, és jelenleg forráshiánnyal is küzdenek. Kiemelte, hogy a térség közlekedésének fontos lábazata a Volán és az egyéb – pl. önkormányzati – buszos megoldásokkal való együttműködés, ennek javítása, fejlesztése tervezés alatt áll. Ehhez a tarifális átjárhatóságot is biztosítani kell, azaz azt, hogy egyetlen bérlettel lehessen bejutni az elővárosokból a fővárosba. Prezentációja végén Szalai Dániel a környezetvédelemmel kapcsolatos további fejlesztési tervekről, projektekről beszélt, és arról, hogy az infrastruktúra fejlesztése terén mi lenne a budapesti célállapot. Itt a tervek között szerepel a vasút elővárosi és városi szerepének növelése, a kritikus szakaszok felújítása, a déli körvasút projekt megvalósítása, új megállóhelyek létesítése, a repülőtéri kiágazás megvalósítása és a keleti kapcsolat létrehozása.

Lakossági kérdések – a teljesség igénye nélkül

A vasúttársaság képviselői minden lakossági kérdésre igyekeztek választ adni, kérdésekben pedig nem volt hiány. Felvetődött a buszok érkezése és a vonatok indulásának jobb összehangolása, de a legtöbben azt kifogásolták, hogy vannak olyan megállók, ahol nem áll meg minden vonat. A képviselők elmondták, hogy az új menetrendi struktúrában ezeken a helyeken a zónázó és gyorsított vonatokkal való megállás nem megoldható a Nyugati pályaudvar kapacitáshiánya miatt.

A fórumra sokan érkeztek Piliscsabáról, akik azért szólaltak fel, mert Piliscsabán sem minden megállóban áll meg minden vonat – például Magdolnavölgyben és Klotildligeten –, és ez jelentősen megnéhezíti a bejutást. Szalai Dániel elmondta, hogy Piliscsaba és Angyalföld között ez azért van, mert kicsi a pályasebesség – azaz bizonyos szakaszokon csak egy pályán közlekedhetnek a vonatok –, és így nem lehetséges több megállás. Hozzátette, hogy ezzel számoltak a menetrend kialakításakor, és bár jó az irány, hogy gyorsabban lehet bejutni, de ezek a megállóhelyek az új struktúra vesztesei. Hozzátette, hogy a 3 pár vonat már kevés volt az utasoknak, sőt az óránkénti 4 pár is csúcsidőben gyakorlatilag tele van. Az egyértelmű megoldás további infrastruktúra-fejlesztés lenne. A lakosok egy része szerint az új menetrend kialakítása előtt jól működött a közlekedés, megállt Szabadságligeten, Klotildligeten és Magdolnavölgyben, így azt javasolták, hogy állítsák vissza ezt. Ezzel azonban ismét növekedne a menetidő, márpedig a menetidő csökkenése az Európai Unió által finanszírozott fejlesztések egyik feltetele volt. A lakosok azt is hozzátették, hogy azzal, hogy az említett helyeken nem áll meg a vonat, 30 percről 50 percre növekedett a menetidő Budapestre. Szalai Dániel elmondta, hogy ismerik a problémát, de a jelenlegi menetrendstruktúra mellett nem lehetséges, hogy ezeken a megállóhelyeken is megálljon a vonat. Azt javasolta a lakosoknak, hogy ezzel az igénnyel közvetlenül az illetékes minisztériumhoz kell fordulni. Az esemény végén Csenger-Zalán Zsolt országgyűlési képviselő kiemelte, hogy mindenképp olyan megoldást kell találni, ami a térségben élőknek megfelel, ehhez kérte a MÁV képviselőinek a segítségét, és felajánlotta, hogy segít eljuttatni a minisztériumnak a kéréseket, észrevételeket egy mindenkinek jó megoldás érdekében.

Palkovics Mária



HÚSVÉT ÉS MÁJUSFAÁLLÍTÁS KÖZÖTT

Vélkőc, a húsvét a szó szerinti fordításban szlovákul nagy éjszakát jelent. Az idén mindenki a saját lakásában töltötte az ünnepeket. Volt idő elgondolkodni a korábbi mulatozásról. A locsolkodás és az azzal járó rokonlátogatás rituáléja az idén csak áhított esemény maradt. Pedig jó dolog az, amikor a férfiak a „sibálással” kiűzik a betegségeket a nőkből, leányokból és gondosan megválasztott illatos vízzel gondoskodnak arról, hogy semmiképpen

ne következzen be hervadás. Hálából pedig a fonnott korbácsra díszes szalagot, a zsebbe festett tojást, a belsőbe pedig finom süteményt és hangulatjavító italt kapnak. A leányok keddi locsolkodása már régen feledésbe merült, pedig a bezártág után talán néhányan felvállalták volna. A határozatlan idejű kijárási tilalom miatt idén a májusfa állítása is elmarad. Nagy reményekkel készültünk erre a felelősségteljes hagyományra. Csodálatos dolog a nők számára a férfiak hódol-



lata, és a májusfával ezt nyilvánítják ki minden alkalommal a szervezők. Bízunk benne, hogy hamarosan túl leszünk a járványon és megint tudunk együtt ünnepelni! Addig is folytatjuk a munkát a szlovák közösségben. Várjuk az építő ötleteket! Szívesen fogadunk mindenkit a közösségünkbe, aki szeretné megismerni és továbbvinni a kultúránkat!

MaGaIsToRo
Fotó: Szabó János



IDÉN A SZÍVÜNKBEN EMLÉKEZTÜNK

Március utolsó szombatján a Piliscsabáról kiűzött, falujuktól, múltjuktól megfosztott sváb családokra emlékezünk: azokra az emberekre, akiket 1946 márciusában egy batyuval indítottak útnak

marhavagonokkal Németország felé, tele félelemmel és csalódottsággal.

Idén máshogy, magányosan emlékezünk erre. Nem vesszük fel a sváb ruhánkat. Nem énekelünk, imádkozunk együtt. Nem ülünk egymás mellett a Nagytemplomban a misén, és nem vacsorázunk együtt, egy asztalnál. Most minden emberi kapcsolat, minden emlékező szó, minden mosolyunk egymás felé felértékelődött. Közösségünk összetartása, őseink és az egymás iránti tisztelet még fontosabb, mint bármikor.

2020. március. A világunk a feje tetejére állt. Egyik napról a másikra új életet kellett kezdenünk. Új szabályok között, sokszor félelemmel a szívünkben élünk. Meg kell tanulnunk végre értékelni, amit elértünk: hagyományainkat, szokásainkat, barátainkat, közösségünket, családjunkat. Ez az, ami mindig, most is erőt ad, mert: „Félni pontosan ugyanannyi energiába kerül, mint hinni!”

Böhm Krisztina
Fotó: Szabó János, 2019



BÚCSÚ KÖSZEGI KÁROLYTÓL

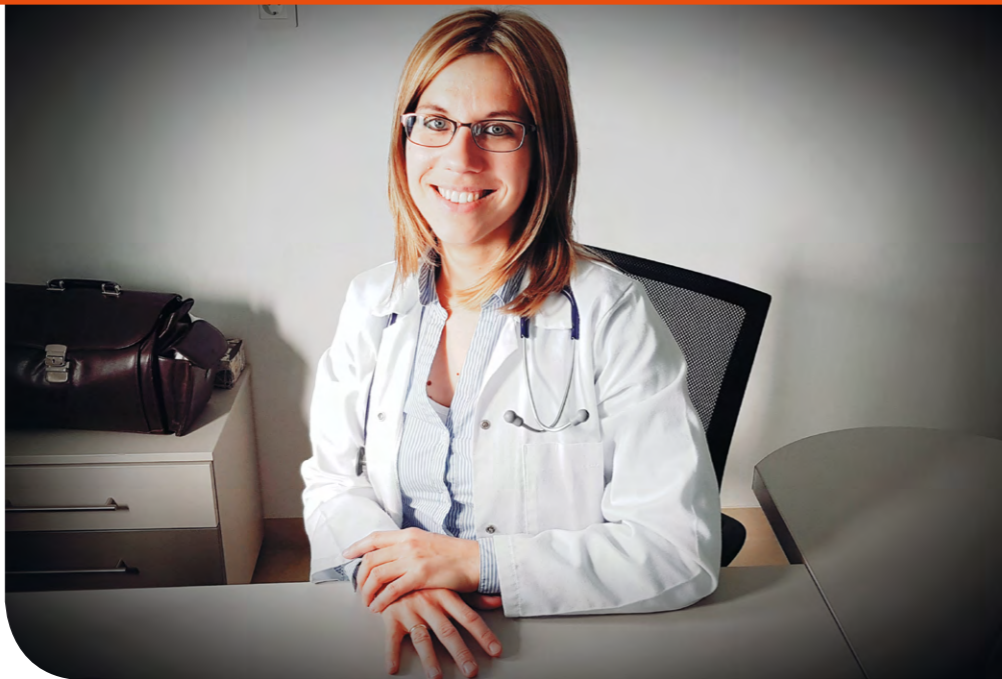


Szomorú szívvel búcsúztunk Kőszegi Károlytól, egyesületünk tagjától, barátunktól, akit április 9-én kísért családja utolsó útjára a csabai temetőben.

Kőszegi Károly 1934. május 24-én született Csajágon, katonaként került Piliscsabára 1954-ben. 62 éve, 1957-ben vette feleségül König Erzsébetet. Példamutató, szeretetteljes házasságuk során két fiúk, négy unokájuk, két dédunokájuk született. Hosszú betegségében felesége odaadóan ápolta, támogatott őt.

A Piliscsabai Németek Kulturális Egyesületének tagja volt 20 éven keresztül. Kedves, szerény, segítőkész, közösségi ember volt. Mindig számíthatunk rá, sokat segített a templom körüli teendőkben, programjaink, rendezvényeink szervezésében. Kedves mosolya, önzetlensége nagyon hiányzik majd. A család fájdalomában osztozva búcsúzik a piliscsabai németek nevében.

Böhm Krisztina
Fotó: Radó István



ORVOSI SZEMMEL A JÁRVÁNYRÓL

Sokan tanácstalanok a mostani helyzetben, mit tegyenek, ha betegnek érzik magukat, vagy mivel tudnának védekezni a koronavírus ellen. Dr. Kelemen Rita háziorvost kérdeztük, melyek a lehetőségeink.

Sokféle betegség van, amivel a normális hétköznapiak során orvoshoz fordulunk. Most azonban sok minden megváltozott. Melyek azok az esetek, amelyeket most – a korábbiaktól eltérően – érdemesebb otthon, orvos nélkül megoldani? Ha tanácstalanok vagyunk, kinek telefonáljunk?

Ha olyan egészségügyi panaszuk van, amivel máskor orvoshoz fordultak volna, most is célszerű a segítségünket kérni. Telefonon és e-mailen keresztül elérnek minket, háziorvosokat vagy ügyeleti időben az ügyeletet orvosot. Fontos, hogy mindenki a saját háziorvosát keresse! Megpróbáljuk ilyen módon megoldani a problémát, tanácsot adunk, receptet írunk, ha szükséges, továbbírányítjuk sürgősségi ellátóhelyre vagy kórházba. Mindenkit arra biztatunk, hogy forduljon a háziorvosához a panaszával, csak más formában, mint eddig.

Mi a teendő, ha szakorvosra van szükségünk?

Az első lépcső mindig a háziorvos. Telefonos kikérdezés után eldöntjük, hogy szükséges-e sürgős szakorvosi konzultáció. Jelen helyzetben ugyanis csak sürgős, potenciálisan életveszélyes eseteket látnak el a szakrendelések.

Korábban nagyobb baj esetén csak kocsiba pattantunk és az ügyeletre mentünk. Mi most a teendő? Lehet tudni, hogy milyen betegséggel kapcsolatban melyik kórház az illetékes?

Egyelőre a korábbi ügyeleti rendszer van érvényben, Piliscsaba továbbra is Zsámbékhoz tartozik. Ugyanakkor a kocsiba pattanás korábban sem volt jó megoldás. Például egy szívinfarktus vagy stroke esetében nagyon sokat számít, hogy a mentő azonnal a megfelelő helyre szállítja az illetőt, és még visszafordíthatóak lesznek az elváltozások. Ha bepattanak a kocsiba, rengetek időt veszhetnek, arról nem beszélve, hogy a beteg állapotát is ronthatja a nem szakosított szállítás.

Jelen esetben a kocsiba pattanás még veszélyesebb lehet, hiszen az előbbieken túl fertőzésveszélynek tennék ki magukat vagy családtagjukat, esetleg pont önként lennének fertőzésforrások. Ezért jobb minden esetben telefonon tisztázni a teendőket. A zsámbéki ügyelet telefonszáma nem változott: 06 23 342 035.

Felső légúti tünetek jelentkezésekor tilos a háziorvosi rendelőben vagy az ügyeleten előzetes telefonálás helyett megjelenni. Súlyos tünetek (eszméletvesztés, fulladás, nehézlégzés, mellkasi fájdalom, erős hasi fájdalom, bűnlásók, beszédelakadás, súlyos sérülések)

jelentkezésekor továbbra is hívják az Országos Mentőszolgálatot a 104-es vagy a 112-es számon.

A fekvőbeteg-ellátóhelyek területi ellátási kötelezettsége folyamatosan változik, az ellátó orvosnak vannak mindig naprakész információi. A háziorvos, az ügyelet orvos vagy a mentőszolgálat dönti majd el, hogy kit, mikor, milyen kórházba kell utalni.

Milyen tünetek esetén kell arra gyanakodnunk, hogy a koronavírust kaptuk el?

Vezető tünetei a hirtelen kezdett jelentkező láz, köhögés, mellkasi fájdalom. Számos egyéb, influenzaszerű tünet is megjelenhet, mint az ízületi és izomfájdalmak, erős fejfájás, gyengeségérzés, hányás, hasmenés. Újabban a szag- és ízérzés hirtelen elvesztését is gyanús jelnek tekintik. Súlyosabb esetben légszomj is jelentkezhet.

Mivel más kórokozók esetén is hasonlóak lehetnek a betegség tünetek, kizárólag a tünetek alapján nem dönthető el, hogy valakinek koronavírus-fertőzése van-e. Ehhez tesztelés szükséges, amely lehet vércseppből történő ellenanyag-meghatározás, illetve légúti váladékból végzett laboratóriumi víruskimutatás. Ez nem azt jelenti, hogy minden náthás betegnél koronavírus-tesztet kell készíteni. A tesztelés szükségességét a háziorvos vagy az ügyelet orvos egy központi eljárásrend szerint összeállított csekklista segítségével állapítja meg. Vagyis a fenti tünetek jelentkezésekor a háziorvosukat vagy az ügyeletet kell hívni!

Hogyan döntsük el, hogy felhívjuk a háziorvost vagy csendben kikúráljuk magunkat?

Minden esetben hívjuk fel háziorvosunkat! Anál is inkább, mivel gyanús esetén házi karantén válhat szükségessé. Ahhoz, hogy a gyanús személy ne járjon ki az otthonából, el kell látni őt alapvető élelmiszerekkel és háztartási szerekkel. Ebben a polgárvédelem segít az érintett egyéneknek vagy családoknak. Csak abban az esetben tudjuk értesíteni őket, ha önként jelzik a panaszait nekünk, és nem csendben kúrálják magukat.

Van elérhető magán tesztlabor is. Mikor érdemes teszteltetni magunkat?

A jelenlegi eljárásrend csak a laboratóriumi körülmények között végzett, PCR technikával történő víruskimutatást fogadja el pozitív esetnek. A magán tesztlaborokban gyors teszt készül, amely nem ezzel a módszerrel mutatja ki a fertőzést, hanem a vérben lévő ellenanyag jelenlétével. Vagyis hiába készül gyors teszt, az nem egy elfogadható, hivatalos eredményt nyújt, csupán tájékoztató jellegű. Ha pozitív, ugyanúgy további légúti mintavétel szükséges (amit az OMSZ végez), ha negatív és van tünet, akkor ismételt vizsgálat szükséges.

A betegség lefolyását nem változtatja meg a teszteredmény ismerete. Az országos tisztifőorvos álláspontja szerint pedig a tesztek csak az adott pillanatban fennálló állapotot tükrözik, így nem helyettesíthetik a karantén – hiszen akár a tesztet követő napokban is jelentkezhetnek a tünetek. Vagyis ha ötlet szerűen tesztelteti magát valaki koronavírusra egy magánorvosi rendelőben, és negatív, az nem azt jelenti, hogy ő már biztosan nem fertőzheti meg a nagymamát. Álbiztonságot nyújt egy potenciálisan fertőzött személynek.

Hogyan élhetünk, ha a koronavírus-fertőzés gyanúja fennáll nálunk vagy családtagunknál?

Először is tisztázzuk a gyanús esetet. A 2020. április 1-jén megjelent eljárásrend alapján amennyiben az alábbi három kategória közül legalább egy teljesül, akkor a beteg gyanús esetnek minősül, és ennek megfelelően kell eljárni. 1. Olyan akut légúti fertőzésben szenvedő beteg, akinél az alábbi, hirtelen kezdődő tünetek közül legalább egy fennáll: láz (≥38°C), köhögés, légszomj, ÉS a tünetek kezdetét megelőző 14 napban külföldön járt. 2. Olyan beteg, aki akut légúti fertőzésben szenved, ÉS a tünetek kezdetét megelőző 14 napban szoros kapcsolatban volt új koronavírusal megerősítetten vagy valószínűsítetten fertőzött személlyel. 3. Olyan súlyos akut légúti fertőzésben szenvedő beteg, akinél a láz (≥38°C) mellett légúti megbetegedés legalább egy tünete/klinikai jele fennáll (pl. köhögés, légszomj, tüdőgyulladás klinikai vagy radiológiai jele) ÉS állapota kórházi kezelést indokol.

A klinikai és a járványügyi adatok alapján az orvos (háziorvos, kezelőorvos) és/vagy a népegészségügyi hatóság dönthet úgy, hogy

egy légúti tüneteket mutató beteget gyanús esetnek minősít akkor is, ha a beteg nem felel meg szigorúan a fentiekben leírt esetdefiníció egyikének sem, például ha a fekvőbetegek, egészségügyi dolgozók körében vagy más szoros közösségben (pl. munkahelyen, családi, baráti közösségben) akut légúti fertőzések halmozódása fordul elő.

A gyanús személyeket el kell különíteni. Az elkülönítés mind a gyanús/kivizsgálás alatt álló, mind a valószínűsített, mind az igazolt esetben kötelező. Valószínűsített esetnek számít minden gyanús eset, amíg nem történik meg a laboratóriumi mintavétel, akkor is, ha csak gyors teszt készült (eredménytől függetlenül), laboratóriumi még nem.

Bármely tünetmentes személyt, aki az új koronavírus tekintetében valószínűsített vagy megerősített beteggel szoros kapcsolatba került, járványügyi megfigyelés alá kell helyezni a betegségre jellemző láz és légúti tünetek esetleges megjelenésének azonnali észlelése érdekében. Tehát a fertőzött (sőt már a gyanús) személy családja is járványügyi megfigyelés (karantén) alá kerül, nem mehet ki a lakóhelyéről. A polgárvédelem látja el a családokat a szükséges élelmiszerekkel.

Mire számítsunk, ha koronavírus-fertőzés gyanúja felhívjuk a háziorvost? Mi történik ezután?

Mint már említettem, gyanús esetnek csak akkor minősül a beteg, ha a háziorvos vagy a kezelőorvos annak minősíti. Amennyiben gyanúsnak minősül, és állapota nem igényel kórházi kezelést, háziorvosa mentőt hív a betegnek, aki a tesztet a beteg otthonában elkészíti. Van, ahol gyors tesztet készítenek a helyszínen, és van, ahol laboratóriumi tesztet visznek be légúti váladékot. Ez területenként is változik, és a rendelkezésre álló tesztek alapján is. A laboratóriumi teszt eredménye 1-4 nap múlva derül ki. Ezt többnyire a háziorvosok EESZT-n keresztül meg tudják nézni, de csak akkor, ha tudnak róla, hogy a betegről mintavétel történt. Ha ügyeleti időben vettek mintát a betegről, akkor érdemes jelezni a háziorvosnak, hogy tudja figyelni az eredményt. A betegek maguk is követhetik az eredményt a <https://www.eeszt.gov.hu> oldalon, amennyiben ügyfélkapuval rendelkeznek.

Ha kórházi kezelésre szorul a beteg, a megfelelő fertőzőosztályra küldjük mentővel. Otthoni mintavételt követően a beteg (és családja) járványügyi megfigyelés (karantén) alá kerül. Ha ez hivatalosan nem is történik meg (előfordul), önkéntes alapon szükséges ezt betartani.

Kapunk gyógyszert a betegségre?

Vannak olyan, nem specifikus vírusellenes készítmények, és egyéb hatásosnak tűnő gyógy-

szerek, amelyeket kórházban már adnak rossz állapotú betegeknek. Mellékhatás-profiljuk miatt rutinszerűen ezeket háziorvosként nem alkalmazzuk, amíg egyértelmű szakmai ajánlás erre vonatkozóan nem születik.

Érdekes az immunrendszert erősíteni?

Természetesen érdemes, sőt ez az egyik legfontosabb, amit a járványügyi óvintézkedések mellett tennünk kell! Természetes vitaminokban gazdag zöldség- és gyümölcsfogyasztás forszírozása volna a legcélszerűbb. Ha erre nincs mód, magas C- és D-vitamin-tartalmú vitaminkészítményekkel erősíthetjük az immunrendszerünket. A sport immunrendszer-erősítő hatása egyértelmű. Aki kertészházban lakik, legyen minél többet a friss levegőn, és gyűjtse a D-vitaint a napfényből. A kiegyensúlyozott táplálkozásnak most még nagyobb szerepe van, mint bármikor, hiszen a szív- és érrendszer épsége esetén ritkábban számíthatunk a koronavírus-fertőzés súlyos lefolyására.

Sokan különösebb tünetek nélkül esnek át a betegségen, másokat nagyon megvisel. Akkor van ok a pánikra?

A pánik nem megfelelő szó. Ha komolyan vesszük a járványügyi előírásokat és erre figyelmeztetünk másokat, az nem pánik. Az idős korosztály aggodalmát sem nevezném pániknak, hiszen jogos lehet a félelmük, főleg ha nem tartjuk be a megfelelő elővigyázatossági lépéseket, vagyis nem vigyázunk rájuk. Nem helyes magatartás félvállról kezelni a kijárási korlátozást és egyéb szabályokat, azzal a lazasággal, hogy „fiatal vagyok, egészséges, maximum náthás leszek, hamar túlleszek rajta stb.”, hiszen ezzel a járvány terjedését és sok ember felesleges halálát segítjük elő.

Mi a helyzet a korábban elindult szűrőprogramokkal?

Mivel a kormány elrendelte a szűrővizsgálatok felfüggesztését a járvány idejére, a „Három generációval az egészségért” pályázatunkat is át kellett strukturálnunk. Szűrővizsgálatok helyett most célunk az egészségmegőrzés. A Facebookon működő ingyenes online diétetika, gyógytorna és pilates videókkal szeretnénk segíteni az otthon maradókat. A Facebook-oldal címe: Generációk szűrése a piliscsabai és jászfalusi lakosság egészségéért. Az oldalon lehetőség van kérdéseket feltenni, személyes konzultációt kezdeményezni. Bízunk benne, hogy a munkatársaink által összeállított anyagok segítenek egészségük megőrzésében a vészhelyzet alatt is!

*Dr. Kelemen Rita Kata
a 3. sz. felnőtt körzet háziorvosa*



MASZKKAL A KORONAVÍRUS ELLEN

A médiában böngészve a koronavírusról készült újabb és újabb képekkel találjuk magunkat szembe. Ha utcára lépünk vagy boltban vásárolunk, változatos típusú maszkokat viselő emberekkel találkozunk. Cikkünkben kiderül, mekkora egy koronavírus, és hogy mi a jelentősége a maszk használatának.

A Magyar Orvosi Kamara a lakossági maszkviseléssel kapcsolatban hamar közzétette állásfoglalását honlapján. A legelső között hangzik el, hogy a jelenlegi járvány esetén a legfontosabb betartandó szabály a távolságtartás. Azaz mindenkinek javasolt, hogy otthonát ne hagyja el, és minimalizálja a személyes találkozások számát. Az ajánlás szerint viszont házon kívül egyértelműen érdemes maszkot viselni. De milyen maszkot viselünk, és melyik mire való?

Maszkfajták

Alapvetés, hogy a lakossági maszkhasználatra azért van szükség, mert tünetmentesen is átadhatjuk a koronavírust. Erre a célra az úgynevezett sebészi maszk, vagy más néven orvosi maszk a legmegfelelőbb. Funkciója nem az, hogy a viselőjét megvédje, hanem hogy a teljesen tünetmentes vagy enyhe tünetekkel rendelkező személy ne adja át környezetének a vírust.

teljesen zárt, akár védőruhával összekapcsolt védőmaszkokat is. Bizonyos szakmákban ugyanis (festő- és barkácsszakmák, fémipar, bányászat, vegyipar, egészségügy) a munkakörnyezet által megkövetelt maszkokban dolgoznak.

Az ilyen típusú maszkok különböző teszteken bizonyított védőképességi mutatója alapján jutunk el a sokak által már ismert FFP kifejezésig. Az FFP (Filtering Face Piece) jelentése „szűrővel ellátott védőeszköz az arcon”. Az FFP maszkokat alapvetően három védelmi osztályba sorolhatjuk aszerint, hogy mekkora légszűrővel biztosítanak bizonyos szennyezőanyagokkal szemben, a legnagyobb védelmet az FFP3-as kategória nyújtja. Az orvosi maszkkal szembeni lényegi különbség is itt ragadható meg. Míg az előző inkább a környezetet védi, az FFP elsősorban a viselőjének nyújt védelmet.

A lakossági maszkhasználat harmadik változata a házi készítésű maszk. Ezzel kapcsolatban az Orvosi Kamara szakmai véleménye az, hogy a szövetből készült, házilag gyártott maszk is jobb a semminél. A vírusszórás ugyan nem akadályozza meg, de a tünetmentes emberek esetében csökkenti a szórás mennyiségét, veszélyét.

Viselésük tehát a lakosság részéről a védekezés során rendkívül hasznos.

A maszkok másik nagy csoportjába tartoznak az álarcszerű maszkok, amelyek teljesen rásimulnak az arcra, orra, így nincsenek rések, amelyeken szűrés nélkül beáramolna a levegő. Ide sorolhatjuk például a festőszakmákban elterjedt egyszerű maszkokat, de a külső betáplálású,

Történelmünkben a mostani vilá járvány messze nem az első. Súlyos áldozatokat követelt egykor például a pestis vagy a spanyolnátha, mely Magyarországot is kíméletlenül érintette. Amint látjuk, a védőmaszk ötlete már akkor is felmerült.



Védőálarc a spanyol-láz ellen.

Bodon Károly dr. királyi tanácsos, akinek tollából A spanyoljárvány tiltóárlapját közli ma a Jó Egészség, néhány héttel ezelőtt védőálarcot szerkesztett dróthálóból, mely az orrt és száját eltakarva a belélegzésnél nem ártalmas dezinficiáló szerbe mártott szövetrel áthuzva, a belégett levegőt fertőtleníti. Az álarcot bemutatta az illetékes tényezőknek, de a dolog kivihetőségének főakadálya, hogy az anyag- és munkáshiány miatt nem lenne kellő minőségben és mennyiségben előállítható. Így tehát a kiváló gyakorlóorvos alább ismerteti a módját, miképp lehet az álarcot mindenkinek hozzáférhető módon házilag előállítani. Egy közép nagyságú zsebkeendő négy sarkát a sarkoktól 5 cm-nyire csomókba kötjük. Ezáltal a zsebkeendő kiöblösödik. Az öblösödésbe biztosító tüvel vattarésztet erősítünk, melyet előzőleg gyengén ibolyaszínű káliumhipermangan oldatba mártottunk. Valahányszor a vatta megszárad, újból ez oldatba mártandó. A vatta a baktériumokat leszűri és a fertőtlenítő oldalt a bacillusokat megöli. Az említett oldat a légzőszerveket nem bántja, csak ügyelni kell arra, hogy a nedves vatta az arcot ne érje, mert azon – bár múltán – barna foltokat okozhatna. Szublimát, iszoform- vagy karbololdatba mártott vattán át való belélegzés megérthető.

(Egészség című lap, 1918. 21. szám)

Sház év elteltével óva intjük olvasóinkat attól, hogy ezt a módszert kipróbálják...

Harc a vírus ellen

Ezek után joggal merülhet fel a kérdés, hogy tulajdonképpen mekkora is az „ellenség”? A koronavírus mérete nagyságrendileg 120 nanométer átmérőjű, vagyis akkora, mint egy átlagos méretű fáraóhangyának egy tízezrednyi része. Persze a vírus nem egyedül, hanem az emberi szervezetből kikerült apró nyálcseppecskékben és aeroszolban terjed. Ezek mérete így már átlagosan 5000 nanométer körüli. Az FFP3 pedig képes kiszűrni a 0,3 mikronnál, vagyis 300 nanométernél nagyobb átmérőjű dolgok közel száz százalékát. Az orvosi maszk nagyságrendileg 60%-ban szűri ki a cseppecskéket, 20% pedig viselője közvetlen környezetében, az arcán, a ruházatán csapódik le. Így elmondható, hogy az orvosi maszk használata közel 80%-os védelmet nyújt a viselője környezetének, míg viselője irányában a védetség nagyságrendileg 25%.



Emellett a maszk más szempontból is hasznos, a vírus ugyanis különböző felszínek érintésével is terjed. Így bármilyen maszkot teszünk fel, viselésükkel önmagában csökkentjük az arc kézzel történő érintésének lehetőségét. Gondoljunk csak bele, hányszor vakarjuk meg a szemünket, orrunkat vagy igazgatjuk a szemüvegünket, hajunkat? Fontos, vizsgálatokkal alátámasztott megállapítás, hogy a vírusürítés mértéke – különösen a betegség kezdeti vagy tünetmentes szakaszában – magasabb az orrváladékban, mint a torokváladékban. Maszkhasználat során törekedni kell arra, hogy minél szorosabban zárja a száj- és ornyílást.

ELINDULTAM SZÉP HAZÁMBÓL...



DR. PÁTKAI ISTVÁN ELŐADÁSA A MIKK-BEN

Március 10-én nagy sikerű előadást hallhattunk az 1986 óta Piliscsabán élő Pátkai főorvos úrtól és feleségétől, dr. Baghy Gizellától, akik kisebb-nagyobb megszakításokkal négy évtizeden át Afrika számos országában, Délkelet-Ázsiában, Indiában, Kínában – és számtalan más helyen is – végeztek gyógyító és oktató missziós tevékenységet. Főorvos úr vetítéssel egybekötött visszatekintő előadása során egy kivételes életút állomásait ismerhettük meg: két elhivatott gyógyító emberét, akiket Budapesten és Esztergomon át a világ távoli tájaira vezérelt a sors és a hivatástudat.

Az előadás alcíme – A lelki segítség távoli útjain – sokat sejtet abból, hogy Pátkai István neurológus és pszichiáter a munkája során a pszichés betegek gyógyításán túl a távoli országban élők lelki egészségéért is küzdött, a cunamik után szervezett katasztrófaelhárítással segítette a krízisben

lévőket. Az ő módszerei – amelyeket számos országban az orvostanhallgatóknak megtanított – számunkra is adhatnak útmutatást a menekültek kezelésében vagy a most sajnálatosan aktuális ügy, a koronavírus kapcsán. Felesége, Gizella szemészként vett részt a missziós gyógyító tevékenységben, munkájára a mai napig számítanak.

A beszélgetés lezárásaképpen főorvos úr beszélt magyarországi gyógyító tevékenységéről: a szenvedélybetegek számára létrehozott Hivatásörzök házáról, valamint a késői serdülők – korai felnőttek alkoholproblémáiról és pszichés gondjairól is.

A Pátkai házaspár ígéretet tett arra, hogy máskor is elfogadják a PIKK meghívását, így főorvos úr 80. születésnapját remélhetőleg egy jó hangulatú élménybeszámolóval ünnepeljük majd.

Holéczi Zsuzsa

TÁJÉKOZTATÓ A ZÖLDHULLADÉKRÓL

A járvány miatt a Zöld Bicske Nonprofit Zrt. jelenleg nem tudja összekészíteni és eljuttatni a zöldhulladékos matricákat az árusító helyekre. Ezért a zöldhulladék gyűjtésekor minden ingatlan előtt 1 darab, bármilyen, 120 liternél nem nagyobb, szabályosan kihelyezett zsákot vagy köteget (1 méternél nem hosszabb, fél méternél nem szélesebb) elszállítanak matrica nélkül.

A korábbi megmaradt zöldhulladékos matricák idén már nem használhatók fel. Az 1 darab zsákon felül csak az erre a célra rendszeresített zöld színű, zöldhulladékos zsákban szállítják el a lombhulladékokat (korábbi megmaradt vagy idén vásárolt zöldhulladékos zsákban). Ilyen zsákokat a Zöld Hetes Kft.-nél (Fő út 19/A) lehet beszerezni.

Balasi Anikó

DUGULÁSELHÁRÍTÁS
0-24 bontás nélkül!
Vízszelelés,
csatorna kialakítása
+36-70/624-20-81
f Gabó duguláselhárítás

JHDM
Épker Kft.
Családiházak kivitelezése
az alaptól a tetőig
06 70 324 92 70



KULTÚRA 2020

Szelke László lesz a következő öt évben is a Művelődési Információs Központ és Könyvtár vezetője. Ennek kapcsán beszélgettünk vele az eddigi sikereiről és arról, mi várható a következő időszakban.

Újabb öt évre vállalta a művelődési ház vezetését. Melyek voltak az előző ciklus legsikeresebb szervezései?

Úgy gondolom, a gyerekek megszólítása nagyon sikeresnek mondható az elmúlt években. A gyermeknap a Szepesi-nappal egybekötve minden évben nagyon közkedvelt. A gyerekkoncertek, népi játszóház, kürtöskalácsütés mind nagyon vonzó a kisebbek számára. Am amire legbüszkébb vagyok, az a gyermekkönyvtár átalakítása. Tudatosan felépítettünk egy olyan tízezres könyvvállományt, ami a valódi igényekre alapszik. Könyvtárpedagógiai foglalkozásokat is tartunk, mellyel igyekszünk a gyerekeket olvasó emberré nevelni.

Szintén nagyon népszerű a Csaba-nap. A falunap művészeti fesztivállá nőtte ki magát, amely megszólítja a nemzetiségeket és a helyi civileket is. Részt vesznek a színjátások, a kórus, festménykiállítás nyílik, és természetesen nem hagyható ki a nemzetiségi gasztronómia sem, ami szintén sok embert vonz.

Nagyon örülök, hogy a Piliscsabai Művészeti Galéria és a Falumúzeum is folyamatosan

működik, egész Pest megyéből érkeznek látogatóink. Úgy érzem, és jónak tartom, hogy keletként helyet és segítséget adunk ahhoz, hogy új klubok, rendezvények szülessenek. Ilyen például az irodalomkedvelők klubja, ahol már kialakult egy közösség és önállóan tud működni, mi csak a helyet biztosítjuk számukra. Piliscsaba nagyon szerencsés, hogy sok civil és művész él itt.

Mi az, ami megvalósulatlan maradt és ebben a ciklusban folytatódni fog?

A Falumúzeum regisztrációját még nem sikerült nyelbe ütni. Ez azért fontos, mert így tudunk országos szakmai programsorozatokhoz csatlakozni, mint például tájházak napja, közösségek hete, kultúrházak éjjel-nappal. Ennek köszönhetően az országos hírekben is meg tudna jelenni Piliscsaba. Távlabbi terv, de nagyon jó lenne helyileg is terjeszkedni. Ha lenne legalább három helyiségünk, ahol párhuzamosan folyhatnának a programok, az na-



gyon jó lenne, igény lenne rá mindenképpen. A Klarissza-udvar felújítása és újabb területek bekapcsolása elengedhetetlen a jövőben.

Mit hoz az idei év?

A vírus miatt sajnos nagy változások várhatók, sok tervünk nem valósulhat meg. Az idei évet a Trianon-évforduló határozta volna meg, sok programot terveztünk eköré. Készül egy új trianoni emlékmű, június 4-ére terveztük az avatását csabai művészek és civilek bevonásával egy komplex, egész napos program-sorozattal. Perl János-fotókiállítást terveztünk, kárpátaljai, illetve erdélyi, azon belül kalotaszegi témával. Természetesen a Csaba-napokra is készültünk programokkal a testvérvárosok látogatása kapcsán, az Abba Sisterst és Ruszó Tibit hívtuk meg. Országunk idei nagy eseménye lett volna az Eucharisztikus Kongresszus. Ennek kapcsán Osvári Csaba műveiből szakriális tematikájú kiállítással készültünk. Idén először Magdolnavölgyben is elkezdődött egy önálló program szervezése Nagy Gábor egyesületi elnök vezetésével.

Reméljük, a lecsófőző verseny idejére már visszazökken az élet a normál kerékvágásba, ez egy nagyon jó közösségi élmény, sok csapat várja a megrendezését. Terveztünk bábszínházat és gyerekkoncertet, és bízunk benne, hogy az adventi koncert sem marad el. Igyekszünk programjainkkal minden korosztályt és a különböző érdeklődésű embereket is megszólítani, reméljük, ebben az évben is sikerül, még ha más formában is, mint eddig megszoktuk.

A veszélyhelyzet idejére mit nyújt a művelődési ház a csabaiaknak?

A rendkívüli helyzetre való tekintettel rendszeresen és folyamatosan osztunk meg a piliscsabai Facebook-csoportokban ingyenesen hozzáférhető tartalmakat: színezőket, mese- és hangoskönyveket, koncerteket, verseket, színházi és cirkuszi előadásokat, természet- és klasszikus magyar filmeket, fotóarchívumokat, múzeumi, művészeti és tudományos adatbázisokat, és gondolkodunk a könyvtári kölcsönzés biztonságos újraindításában is. Anyagköltséggel támogatjuk továbbá a maszkot varró önkéntesek, óvónők és civilek munkáját.

KBH

Egészen a legutóbbi időig, amíg a koronavírus veszélye meg nem jelent, a klímaváltozással voltunk elfoglalva. Ezért annak reményében, hogy életünk hamarosan visszatér a megszokott kerékvágásba, a klímabarát konyhát szeretném ebben az írásban bemutatni.



A KLÍMABARÁT KONYHA

Táplálkozásunkkal igen komoly mértékben hozzájárulunk a klímaváltozáshoz. Konkrétan a klímaváltozást előidéző gázok 24%-át a mezőgazdaság és az erdőgazdálkodás okozza, amely kétszerese annak a globális szennyezésnek, amelyet a közlekedés okoz. A kérdés természetesen az, hogy mit tudunk mi magunk tenni a konyhánkban, az étkezésünkkel a klímaváltozás ellen?

Utazó élelmiszerek

Ma egy átlagos élelmiszer több ezer kilométert utazik, mielőtt a tányérunkon kiköt. Német újságírók kiszámolták, hogy ha egy bevásárlókosziba beletesszünk mindent, amit egy család egy hét alatt elfogyaszt, 45 461 kilométernyi utazás jön össze az élelmiszerek által megtett útból. A Föld átmérője ugyanakkor 12 742 km.

A környezetvédők azokat a termékeket tartják klímabarátoknak, amelyek nem utaznak többet, mint 50 km. Ezt a szabályt gyakran nagyon nehéz betartani, de ha oda tudunk figyelni arra, hogy a legtöbb vagy leggyakrabban fogyasztott élelmiszereink legalábbis az országhatáron belülről származzanak, már nagy lépést tettünk a klímabarát konyha felé.

Ökológiai lábnyom

2019-ben Magyarországon egy fő ökológiai lábnyoma 3,7 hektár volt, miközben a világátlag 2,2 hektár, és minden emberre csak 1,8 hektár jut. Azaz egyértelmű, hogy mi itt, Magyarországon kétszer annyi energiát, vizet és más erőforrást használunk el, mint amennyit a Föld elbírt.

Élelmiszereinknek ökológiai lábnyoma azt fejezi ki, hogy előállításuk és feldolgozásuk mennyi CO₂-kibocsátással járt. Az állattartás például jóval nagyobb CO₂-kibocsátással jár, mint a növénytermesztés: az állattartás felelős világviszonylatban a teljes CO₂-kibocsátás 14%-ért.

A szarvasmarhákat tartják a legnagyobb ökológiai lábnyommal élő állatoknak: ökológiai lábnyomuk 72-szerese a szabadföldi zöldségeknek és gyümölcsöknek. Ez a gyakorlatban

annyit jelent, hogy egy marhahúst tartalmazó hamburger elhagyásával annyi üvegházhatású gázkibocsátást takaríthatunk meg, mint ha 200 kilométerrel kevesebbet autóznánk. Ha pedig egy négyszemélyes család hetente egy hús- és sajtmentes napot tart, az annyi CO₂-megtakarítással jár, mint ha négy hétig nem használna autót.

A legkisebb ökológiai lábnyoma a szabadföldi zöldségeknek, gyümölcsöknek és gabonának van. A hangsúly a szabadföldi termékeken van, mert az üvegházban termesztett zöldségeknek ötször akkora az ökológiai lábnyoma, mint a szabadföldieknek.

Ha összehasonlítjuk a különböző étrendek ökológiai lábnyomát, a vegán étrend, amely nem tartalmaz állati eredetű élelmiszereket, lesz a legkisebbé. Ezt követi a vegetáriánus étrend, majd a mediterrán étrend, amely eredetileg Krétáról származik. Alapja a sok zöldség, gyümölcs és teljes őrlésű gabona, hidegen sajtolt olívaolaj, valamennyi hal, kevés baromfi, tej és tejtermék, és nagyon kevés vörös hús és édesség. Ezt az étrendet tartja ma a tudomány az egyik legegészségesebbnek. Azaz nemcsak a természetnek teszünk jót, ha ezt az étrendet választjuk, hanem magunknak is.

Összetevők és termelési hely

A szupermarketekben található termékeknek legalább a fele tartalmaz pálmaolajat vagy kókuszszirt, ezért érdemes minden vásárlásnál elolvasni az élelmiszerek, kozmetikumok és tisztítószerek összetevőit. Az sem mindegy, hogy biogazdálkodásból vagy konvencionális gazdálkodásból származnak-e élelmiszereink. Mivel a biogazdálkodásnak alacsonyabb az energiafelhasználása, és nem alkalmaz szintetikus növényvédőszeret, a biogazdálkodás a legkörnyezetbarátabb gazdálkodási forma.

Csomagolás

A környezet szempontjából természetesen az lenne a legjobb, ha csomagolóanyag nélkül vásárolnánk. Ha zöldséget vagy gyümölcsöt veszünk,

akkor ez minden nehézség nélkül megvalósítható. Más termékeknél ez nehezen megoldható, ezért fontos, hogy milyen csomagolóanyagot választunk. A papír könnyen lebomlik, és könnyen újra lehet hasznosítani. Az üveget úgy szintén könnyű újrahasznosítani, a műanyagot és a tetrapackot azonban nehéz.

Főzés

A főzés, illetve feldolgozás módja szintén befolyásolja az ételek ökológiai lábnyomát. Ha beáztatjuk a rizst, babot és a többi hüvelyeset, lerövidítjük a főzési időt. Ha lefedjük a fazekunkat főzés közben, csak feleannyi energiát használunk el, mint ha ezt nem tennénk. Ha takarékra tesszük az ételt, miután elkezdett forrni, plusz egy jó pont. Ha nem főzzük teljesen szét mondjuk a tésztát, hanem al dente hagyjuk, mint az olaszok, úgy szintén kevesebb energia fogy. És ha egyáltalán nem főzünk, hanem nyersen eszünk meg, salátaként a zöldségeinket, akkor nemcsak az ökológiai lábnyomunk csökken, de még talán a súlyunk is.

Étel a szemétkben

Az ENSZ jelentése szerint világviszonylatban évente 1,3 milliárd tonna élelmiszert dobunk ki, azaz megtermelt élelmiszereink egyharmada köt ki a szemétkben. Ez az üvegházhatású gázok 10%-áért felelős, miközben a Föld lakossága 10,5%-ának nem jut elegendő enniival.

A magánháztartásokból származik az eldobott élelmiszerek 40%-a. Mi, magyarok ugyanannyi élelmiszert dobunk ki a szemétkbe, mint a németek, az angolok vagy a franciák. A termelők és feldolgozók 39%-kal, a vendéglátóipar 14%-kal, a kiskereskedők 5%-kal járulnak hozzá az ételek kidobásához. Ugyanakkor Afrikában vagy Ázsia déli részén, ahol az élelmiszerek nem állnak ilyen bőségben rendelkezésre, nincs kidobott élelmiszer.

Dr. Benda Judit
táplálkozási és
egészségmegőrzési szakember

PROFI INGATLANKÖZVETÍTŐI SZOLGÁLTATÁS

HEXI INGATLAN - OTTHON A PILISBEN Segítünk ingatlan ügyeiben!

- 12 éve Piliscsaba ingatlanközvetítője
- helyi vállalkozás kedvező díjakkal
- ügyvédi háttér, hitel ügyintézés
- ügyfeleinknek ingyenes értékbecslés
- ajándék energetikai tanúsítvány



Hexi ingatlan



WE CAN HELP YOU IN PROPERTY MATTERS

We are pleased to offer a unique international property service for our Piliscsaba clients in English, Russian and German.

Foreign buyers actively active in the Buda and Piliscsaba and we can help you capitalise on the opportunities of our foreign connections for local buyers.

As a result, we can offer a market appropriate price for your property, whether for sale or lease.

Favourable commission rates for sale or lease transactions, including advertising, small and large staging fees.



**Most is számíthat ránk!
30% kedvezmény
05.31-ig**

Szabó Helga +36 70 328 0696

English, German, Russian

www.hexi.hu

hexi.ingatlan@gmail.com

MCM ÉLELMISZER

PILISCSABA LEGRÉGEBBI ÉLELMISZERBOLTJA

5000 Ft feletti vásárlás blokkja sorsoláson vesz részt!

Dobja be az erre a célra elhelyezett ládába!

Értékes nyeremények Sorsolás kéthetente

A kialakult helyzetre való tekintettel folyamatosan változik a nyitvatartás!

ÜZLETÜNKBEN SZÉLES VÁLASZTÉKBAN KAPHATÓK

bio- és gluténmentes élelmiszerek a Cserpes sajtműhely gluténmentes termékei

NYITVATARTÁS: H-P 6-18.30
SZO 6-13.00 VAS 8-12.00



kártya-elfogadóhely



ingyenes házhoz szállítás



mobiltöltés



PILISCSABA, VASÚT ÚT 14. TEL.: +36 26 375 254

HIRDETÉSFELVÉTEL: PILISCSABAI.POLGAR@GMAIL.COM • +36 70 866 3289

HERMANN OPTIKA

Piliscsaba, Templom tér 11
www.optika-hermann.hu

Látásvizsgálat előjegyzés alapján

06 30 311 1094 06 30 940 8785



Fényre sötétedő lencsék
25% kedvezménnyel



SZEMÉLYRE SZABOTT MULTIFOKÁLIS LENCSEK

25% KEDVEZMÉNYEL!

Az akciók 2020.05.01 -től 2020.06.30 -ig érvényesek a készlet erejéig. További részletekről felvilágosítás az üzletben

KUTYAKOZMETIKA



20/520 2390

KUTYAKOZMETIKA

A Big shop

-ban Piliscsabán

Fő út 19/A.

tisztakutya@gmail.com
www.facebook.com/tisztakutya