



BŐSÉGES SZEPTEMBER

2.

**LECSÓFESZTIVÁL
SZEPTEMBER 22.**

8.

**EGÉSZSÉGNAP
SZEPTEMBER 14–15.**

15.

**SZÜRETI
FELVONULÁS ÉS BÁL
SZEPTEMBER 29.**

17.

**AVARÉGETÉS HELYETT
KOMPOSZTÁLÁS**



CSALÁDOK ÉVE – CSALÁDOK EGÉSZSÉGE

Kétezer-tizenhét családok éve. A családjukban tanult szokások, hagyományok elkísérnek bennünket egész életünk során. Akarva vagy éppen akaratlanul ezeket az értékeket adjuk át gyerekeinknek is. Ezért választottuk az idei egészségnap fő témájának a családok, családtagok és különböző generációk egészségének kérdését. Igyekszünk majd olyan egészségmegőrző kezelésekre, betegségmegelőző szűrésekre, Piliscsában elérhető mozgásformákra felhívni a figyelmet, melyek a család minden tagjának fontosak lehetnek.

Immár 8. éve szervezzük Piliscsaba lakóinak az egészségnapot, minden évben igyekszünk a már ismert szűrések mellé újdonságokkal szolgálni, melyek szorosabban kapcsolódnak az egészségnap mottójához. Idén a férfiakra is gondolva egy csepp vér segítségével elvégezhető prosztataszűréssel, a hölgyek számára menopausa tanácsadással, valamint az életmódból is adódó, sokakat érintő kockázatok elemzésére érszűrésrel készülünk.

A családok éve – családok egészsége mottót követve, test és lélek egyensúlyának központba helyezésével két előadást is meghallgathatnak a Klarissza-házban:

Szeptember 14-én, pénteken 18.00 órától dr. Kelemen Rita tart előadást a család minden tagja számára elérhető, ingyenesen igénybe vehető és egyéb szűrésekről, egészségmegőrző kezelésekről, valamint a 2019. januártól életbe lépő e-recept rendszerről. Ezt követően dr. Gergely Ákosné Tamás Mária terapeuta a családban felmerülő stresszhelyzetek kezeléséről beszél majd.

Szeptember 15-én, szombaton 9.00 órától a Céh Egyesületben, az Uradalmi házban, valamint a Klarissza-házban szűrések, egészségmegőrző kezelések, vizsgálatok, kiállítók várják az érdeklődőket.

A Sportpályán 10.00 órától a felújított klubház átadására, a Piliscsaba Sportolója Díj és „Piliscsabáért” Emlékplakett kitüntető cím átnyújtására várjuk Önöket. A ceremóniát követően helyi sportegyesületek, sportágak mutatkoznak be a „Válaszd a sportot!” piliscsabai sportágválasztón. Természetesen itt is lesznek újdonságok: lovaglás, terep-akadályfutás, városfutás és sok minden más. Próbáljanak ki új mozgásformákat, ismerkedjenek a sport nyújtotta örömmel és a sportközösségekkel!

A 2011. óta megrendezett egészségnapok során rengeteg önkéntes, támogató szervezet, intézmény és cég segítette a munkánkat. Minden alkalommal több száz szűrést, kezelést vettek igénybe a piliscsabaiak. Rengeteg család, gyermek ismerkedett meg új sportágakkal, sokan lettek aktív, rendszeres sportolók és váltak egészségtudatosabbá. Köszönöm eddigi bizalmukat, várjuk Önöket szeretettel 2018-ban is programjainkon, legyen idén minél több család egészségesebb!

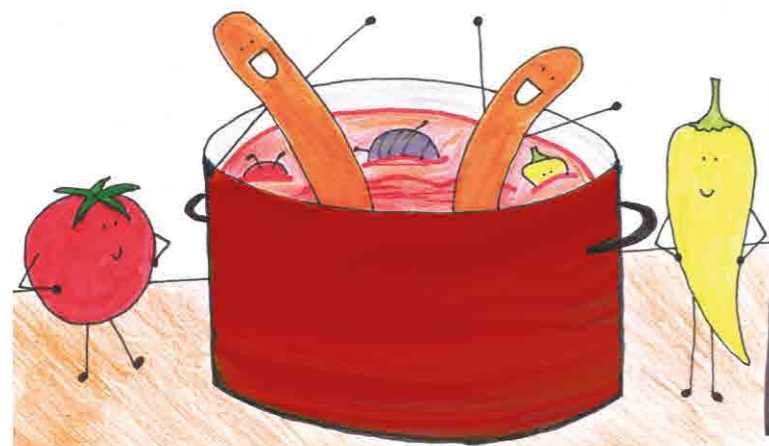
Bácskai Beáta
PILISCSABA ALPOLGÁRMESTERE

Minden szűrés, konzultáció, előadás, sportprogram ingyenesen látogatható!
Előzetes regisztráció, időpontbeosztás:
www.facebook.com/egeszegnappiliscsaba, 06 70/456-3851



PILISCSABA EGÉSZSÉGTERVE 2015

Piliscsabai Lecsőfesztivál és főzőverseny



Piliscsaba, Csaba-kert
2018. szeptember 22. szombat

- 14.00 Lecsőfőzőverseny
- 14.00-18.00 Arcfestés, ugrálóvár, óriáscsuszda
- 15.00 Labunk előtt, fejünk fölött. Instagramok és klasszikusok a Pilisben... Timár Gábor fotókiállítása
- 16.00 Körtöskaldésütés gyerekeknek
- 17.00 Lecsőfőző verseny eredményhirdetése
- 18.00-23.00 Retro Party Dudóval
- 21.00 Szent Mihály napi tűzgyújtás

Szervező:
Művelődési Információs Központ és Könyvtár

- Támogatók:
- Piliscsaba Város Önkormányzata
 - Német Nemzetiségi Önkormányzat
 - Roma Nemzetiségi Önkormányzat
 - Slovák Nemzetiségi Önkormányzat
 - Piliscsabai Polgárér Egyesület
 - Piliscsabai Vállalkozók Céhjegegyülete
 - B-Ángel Biztonsági Szolgálat
 - Piliscsabai Önkéntes Tűoltató Egyesület
 - Piliscsabai Városteremtő

AKI KÍVÁNCSI,
HAMAR MEGÖREGSZIK?

TUDJA MEG, HÁNY ÉVES IS VALÓJÁBAN!

A kíváncsiság, előnyére fog válni. Legyen fontos az egészsége, ismerjen meg 9 fontos adatot szervezetéről!

Ingyenes testösszetétel mérés az Egészségnapon Piliscsában.

A RÉSZVÉTEL DÍJMENTES.

Minden érdeklődőt szeretettel várunk mérésre és egy rövid tanácsadásra.

Regisztrációval előre tud tervezni.

Hívjon időpontért a 06 30 647 9379-es telefonszámon.



IDŐPONT:
2018. szeptember 15.
szombat
9:00-14:00

HELYSZÍN:
Céh Egyesület
2081 Piliscsaba,
Templom Tér 11.

A PILISI EGÉSZSÉGSULI

Zöldség életmódklub

Gellért Miklós

a SZIKE Környezet- és
Egészségvédelmi Egyesület elnöke

Készítsünk
komposztot!

kedvcsináló a kerti és
lakóközösségi
komposztáláshoz

2018.
szeptember 20.
17.30

Piliscsaba
Bajcsy-Zsilinszky u. 9.

A részvétel ingyenes

A klubot vezeti: dr. Benda Judit

www.ketezeregy.hu

06 30 577 90 15

© Juca-grafika



Polgármesteri körkép

Az igazgatási szünet után első dolgom az volt, hogy ismét megnézzem, hogy haladnak a fejlesztéseink. Első állomás az erdészkerületi épület volt, ahol egy képviselő-testületi döntés értelmében a Tanoda 2018 szeptemberétől nagyobb területen, felújított és korszerűbb körülmények között folytathatja szakmai munkáját. Látogatásomkor láttam, hogy a pincelejárót már befedték, megtörtént a tisztasági festés, és már csak a belső ajtótokok várnak festésre. Az összes régi lámpatestet modern, LED-világításra cseréltük. A vizesblokkok is megújulnak, a mellékhelyiségekben az oldalburkolat ugyan megmaradt, de a padlószint napokon belül új burkolatot kap. A bejárati fronton az épület előtt, háromszög alakzatban a terület térkőburkolatot kap, néhány oszlop elhelyezésével pedig igény szerint egy-egy napvitorla kifüggesztésével nagyobb árnyas helyet alakítunk ki. A munkálatok végén az udvar teljes területét murvával borítjuk.



A Tanoda udvaráról nézve már messziről jól látható, hogy az öntözőrendszernek köszönhetően szépen kiszáradt a fű az óvoda udvarán. Az óvodai udvari játékok telepítése még a lap-



zárta hetében megkezdődött. A játékok körül mulcsot helyezünk el, illetve az őszi, hűvösebb időjárást megvárva a kerítés mellett fákat is ültetünk majd. Az óvoda épületének mindkét oldalára szeptemberre kerítés készül, annak érdekében, hogy a gyerekek ne tudják megközeleíteni az épület mögötti udvarszakaszt. Az ud-

vari főbejárat mellett néhány biciklitárolóval is növeljük az óvodát használók komfortérzetét.

Az óvoda melletti köztéri játszótér építése kapcsán a munkálatok a lapzártát követő héten, az augusztus 20-i héten kezdődnek. A játékok elhelyezése tájépítész szakember bevonásával történik majd.

Az óvodától néhány száz méterre a sportklub háza épül és szépül. A felújításnak köszönhetően az egyik legnagyobb változás, hogy az épület hátsó frontján lévő üvegtéglát lebontottuk, és ajtók, nyílászárók elhelyezésével közvetlen kap-



csolat nyílt a hátsó műfüves pályára. A korábbi közös öltözők helyett 2 férfi és 2 női öltöző lesz, önálló vizesblokkokkal, zuhanyzókkal. Az öltöző helyiségekben pedig a korábbi nehézkes és terebélyes padokat praktikusabb, cipőtárolásra is alkalmas ülőkékké, illetve fogasok váltják fel. Az épület felújítása során nyitva hagytuk annak a lehetőségét, hogy az épületet egyszer – akár egy tetőtér megépítésével – tovább fejlesszük, ezért a



fűtéscsöveket felvezettük, a kazán bővítés esetén egy felsőbb szintet is ki tud szolgálni. A világítás a Tanodához hasonlóan itt is korszerű lett, a lapzártá napján már az álmennyezet is javában épült.

Változás még, hogy nagyobb lett a szertár, és egy úgynevezett „energia sarok” létesül a régi szertár helyén, mosógéppel, szárítógéppel, hűtőszekrényvel. A fűtés teljesen megújult, a régi, korszerűtlen konvektoros rendszer helyett radiátorokat helyeztünk fel, a gazdaságos működés érdekében két külön termosztáttal, külön a padlófűtéshez és külön a radiátorokhoz. Az irodai részben a fűtés korszerűsítését végeztük el, tisztasági festés lesz még. Aktív beázás ugyan szerencsére most nincs, de a szakemberek fel-



tárták már azokat a pontokat, amelyek időszakosan beáznak, így a szakszerű tetőszigetelés napokon belül megvalósul. Az átadást a szeptember 15-i egészségnapra tervezzük.

Nem önkormányzati beruházás ugyan, de a település életében rendkívül öröndetes, hogy látványosan halad a Klotildligeti állomás épületének és közvetlen környezetének felújítása. A művezetőtől megtudtam, hogy a feltárás során több probléma adódott, néhány helyen megsüllyedt az épület, néhány szakaszt újra kellett falazni. Jelentős bontást végeztek,



de az eredeti kőburkolat ott, ahol lehet, teljes egészében megmaradt, illetve szükség szerint javítják, pótolják. A boltívek megmaradtak, itt egy nyitott, de felül fedett teret alakítanak ki, és helyet kap egy mozgáskorlátozottaknak épített mosdó is. A boltívek előtt térkő borítás, a hátsó fronton pedig egy ivókút létesül. Az augusztus 20-i héten már a gépészek is hozzálátnak a munkálatokhoz, és megkezdődik a tető ácszerkezetének megépítése is.

A klotildligeti állomás építése kapcsán a vízvezetés kiépítése is folyamatban van. Érintett utcák az Aulich Lajos utca, a Béla király út és a Dessewffy utca. Több szakaszon burkola-



tot kapott a régi földárók. A vízvezetés célja, hogy a Klotildliget felől érkező vizeket elvezesse, és megakadályozza, hogy megálljon a víz az állomás felőli oldalon, és hogy előntse a víz a fényesligeti területet. Bizonyos szakaszokon felszín alatt történik a vízvezetés, a merőleges utcákban pedig felszíni árkok lesznek. Mindez a felszíni vízvezetést is megoldja.

Farkas András polgármester



Hulladékszállítás szeptemberben:
szelktív hulladék: szeptember 14. péntek
zöldhulladék: szeptember 26. szerda

MEGSZÜLETTEK

- Petruska Botond András 2018.07.01.
- Zab Marcell 2018.07.01.
- Braun Benett Nátán 2018.07.02.
- Hamza Ármin 2018.07.02.
- Király Lia 2018.07.02.
- Horváth Noel 2018.07.05.
- Sánta Jázmin Zoé 2018.07.10.
- Herczeg Szófia Bianka 2018.07.12.
- Wagner Alinda 2018.07.13.
- Görföl Zselyke 2018.07.20.
- Nagy-Kazy Alíz 2018.07.20.
- Gábori Csongor 2018.07.24.
- Gelencsér-Király Johanna 2018.07.24.
- Rashkaj Zarife 2018.07.26.

Piliscsaba, az én városom – kreatív pályázat

Piliscsaba, az én városom! címmel kreatív pályázatot ír ki Piliscsaba Város Önkormányzata Képviselő-testületének Településfejlesztési, Üzemeltetési, Környezetvédelmi és Informatikai Bizottsága piliscsabai gyermekeknek és felnőtteknek. A pályázat célja, hogy felkeltse a piliscsabai polgárok érdeklődését a városfejlesztési elképzelések megújításának ügye iránt, valamint a kiíró szeretné egyben megtudni azt is, melyek a kedvenc helyeik a városban, illetve milyenek szeretnék látni azt a jövőben, a megújult formájában. A műfaj és a technika szabadon választható, lényeg a kreativitás. A pályázat leadási határideje 2018. október 30. A pályázatról bővebb információt a www.piliscsaba.hu oldalon találunk.

Újabb pályázati forrás érkezik, közel 10 millió forintot nyertünk

Döntött a Belügyminisztérium az *Önkormányzati feladatellátást szolgáló fejlesztések támogatására* című pályázatról. Ennek értelmében Piliscsaba 9 616 887 Ft-ot nyert. Az elnyert forrást a kiírás alapján meglévő

burkolt utak javítására és aszfaltszőnyegezésre fordíthatja a település. A testület áprilisi döntése alapján a szőnyegezés a Szent László király úton a József Attila utcától a pizzériáig, a Hársfa utcában pedig a Bajcsy Zsilinszky úttól a Levente utcáig tart. A Béla király úton járda épül a Bajcsy-Zsilinszky útnál lévő zebrától az új játszótér mellett, egészen az új óvoda bejáratáig. ■

ALPHA!

Az **ALPHA** egy közösségi beszélgetéssorozat az élet kérdéseiről, másokkal való kapcsolatainkról, könnyed vacsora és filmvetítések keretében.

Őszinte beszélgetések, jó hangulat garantált. Szeretettel várunk mindenkit (17-99)!

AZ ELSŐ IDŐPONT:
2018. szeptember 26. szerda 19:00-21:30

HELYSZÍN:
2081 Piliscsaba, Templom tér 12.

GYERE EL, BESZÉLGESS VELÜNK.
Várjuk jelentkezésed:
Rábai Boglárka
e-mail: rabai.boglarka@hotmail.com
tel.: +36/30-792-9896

INGYENES TANÁCSADÁSOK

JOGI TANÁCSADÁS SZEPTEMBER 10-ÉN

2018. szeptember 10-én, hétfőn 15 és 16 óra között – illetve minden hónap 2. hétfőjén – a Piliscsaba Város Önkormányzata Családsegítő és Gyermekjóléti Szolgálatánál ingyenes jogi segítséget nyújt Pergerné dr. Bodnár Klára. A tanácsadás előre egyeztetett időpontban, bejelentkezés alapján vehető igénybe.

Érdeklődni, illetve időpontot kérni a Piliscsaba Város Önkormányzata Családsegítő és Gyermekjóléti Szolgálatánál (2081 Piliscsaba, Templom tér 13.), a 26/375-143-as telefonszámon, vagy közvetlenül az ügyvédnőnél a 30/560-3038-as telefonszámon lehet.

PSZICHOLÓGUSI TANÁCSADÁS

Piliscsaba Város Önkormányzata Családsegítő és Gyermekjóléti Szolgálatában 2018. szeptember 3-tól továbbra is lesz pszichológusi tanácsadás (Zelei Zsolt, pedagógiai szakpszichológus) hétfőnként 14:30 és 18:00 között.

TÉLI REZSICSÖKKENTÉS

Tisztelt Piliscsabai Polgárok!
Tájékoztatom Önöket, hogy a Kormány 1364/2018. (VII.27.) számú határozatával döntött a téli rezsicsökkentésből kimaradt háztartások támogatásáról.
A döntés értelmében a nem gázzal vagy központi fűtéssel fűtők támogatása kérelem alapján valósul meg. A kérelem nyomtatványok 2018. augusztus 21-től elérhetők a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálatán és letölthetők az önkormányzat honlapjáról (www.piliscsaba.hu). A kérelmeket az ügyfélszolgálaton kell benyújtani legkésőbb 2018. október 15-ig. A határidő után benyújtott kérelmek figyelembevételére nincs lehetőség, mivel a beadási határidőt követően azokat továbbítjuk az elbíráló szervek részére.

Nagy Zsolt jegyző

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



KÉZDISZÁRAZPATAKIAK LÁTOGATÁSA PILISCSABÁN

Kézdizsárazpatak a Kárpát-medence legkeletibb végén található, 800 kilométerre Piliscsabától, festői hegyek, széles rétek, gyönyörű fenyvesek között egy kis völgyben, a Kászon-patak mellett. Az alig hatszáz lelkes településen a takaros házak között szépen felújított barokk templom, iskola és óvoda is található. A falu határában a település neve alatt pedig tábla és címer jelzi minden erre látogatónak, hogy a település testvérvárosa Piliscsaba. A falut lakó székelyek évszázadok óta védik Magyarországot itt a végeken. Ma is őrziknek. Őrzik nyelvünket, közös kultúránkat, keresztény hitünket. Innen indult egy több mint negyvenfős delegáció július 5-én, csütörtökön Piliscsabára.

A csapat péntek dél körül érkezett meg hozzánk. Ebéddel vártuk őket a szakközépiskola ebédlőjében, délután pedig a Klarissza-házban tekintették meg amatőr színtársulatunk előadását.

Szombaton a csoport tagjai egy újabb közös ebédet követően a Csaba-napi rendezvényeken vettek részt immár nemcsak vendégként, hanem



előadóként is. A Klarissza-házban ugyanis egy hagyományos fonót idéző előadást mutattak be, majd Csernik Szende székely népmesét adott elő a nagyszámú közönségnek. Este ugyanitt táncházat tartottunk, ahol hagyományos széki táncokkal ismerkedhettek a piliscsabaiak.

Vasárnap a nagytemplomban tartott közös szentmisét követően mindenki a vendéglátó



családokkal töltötte a napot. Sokan ellátogattak Budapestre, mások a Piliscsaba körüli hegyekben kirándultak. Hétfőn Pannónhalmára és a



bakonybéli csillagdába, kedden pedig Visegrád-ra látogattak el vendégeink.

„Szerencsésen hazaérkeztük. Hatása alatt vagyok az elmúlt napok élményének, és sorra idézem fel mindazt a csodát, amely az elmúlt napokban történt velünk. Szívem tele boldogsággal, emlékekkel és rengeteg hálával. Mindent köszönök.”



E sorokat a Csaba-napot követően kaptam üzenetben Bíró Levente tanár úrtól, a kézdizsárazpataki iskola tanítójától. Itt az alkalom, hogy ezt az üzenetet továbbítsam mindazoknak, akik az előkészítésben és a programok lebonyolításában részt vettek. Köszönet a vendéglátó családoknak, hogy nemcsak szállást, hanem otthont is adtak néhány napra a vendégeknek. Kiemelt köszönet Schromeisz János



képviselő úrnak a szállás és a programok szervezéséért, a csoport kíséréséért. Balasi Anikónak, asszisztensnek az utat finanszírozó Bethlen Gábor Alappal kapcsolatos pályázati munkában való segítségével. Vida Beának köszönjük a finom ebédet, a helyi borászoknak pedig a kiváló borokat.

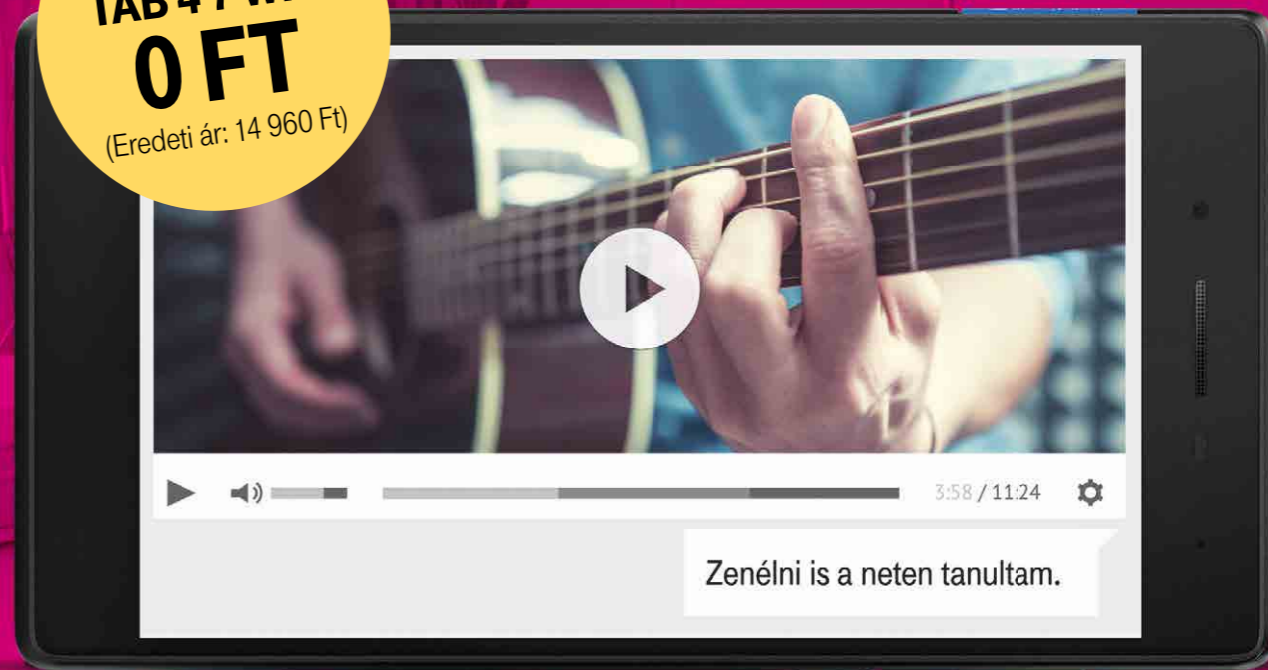
Kedves szárazpatakiak, gyertek máskor is, várunk Titeket szeretettel! Kedves piliscsabaiak, erdélyi utazásotok során látogassatok el Kézdizsárazpatakra, testvéri fogadtatásban lesz részetek, ebben biztos vagyok.

Farkas András polgármester

INGYEN TABLET

MAXIMÁLIS SEBESSÉGŰ HÁLÓZATUNKHOZ

LENOVO
TAB 4 7 WIFI
0 FT
(Eredeti ár: 14 960 Ft)



Legalább 6 hónapja Telekom havi díjas, új Magenta 1 ügyfeleknek, új otthoni előfizetéssel, 2 év hűségidővel, a hűségidő végéig fenntartott Magenta 1 kedvezménycsomaggal.

Keressz Telekom üzletünket a solymári Auchan üzletsorán!

További információ: telekom.hu/magenta1



EGYÜTT. VELED

A kedvezményes készülékajánlat 2018. szeptember 3-tól visszavonásig, illetve a készlet erejéig érvényes. Egy előfizető egy Magenta 1 kedvezménycsomaggal a készülékkedvezményt csak egyszer veheti igénybe. Amennyiben az előfizetőnek felróható okból az új otthoni előfizetés annak határozott időtartama alatt megszüntetésre kerül, vagy ezen időtartam alatt a Magenta 1 kedvezménycsomag igénybevételi feltételei nem teljesülnek, úgy a készülék árából biztosított kedvezmény egyösszegben visszafizetendő. Új Telekom előfizető esetén a 6 hónapos előfizetői jogviszony nem feltétel. A készüléket azon ügyfelek részére biztosítjuk, akik az ÁSZF szerinti fizetőképességre vonatkozó pénzügyi előminősítésnek megfelelnek. További feltételek: www.telekom.hu, üzleteink, 1414

ISMÉT EGÉSZSÉGNAP PILISCSABÁN

Az idei városi egészségnap előadói minden korosztály számára fontos témákkal foglalkoznak. Dr. Kelemen Rita háziorvostól hallhatunk majd a hazánkban elérhető szűrővizsgálatok soráról, a különböző korosztályokra jellemző, megelőzhető betegségekről, a közeljövőben bevezetésre kerülő e-recept rendszerről. Lelkünk egészsége legalább olyan fontos, mint testünké. Ezért is szól dr. Gergely Ákosné Tamás Mária terapeuta előadása az elsődleges, betegségeket kiváltó okokról, a stresszről és annak kezeléséről, legyőzéséről.

STRESSZKEZELÉS

A piliscsabai önkormányzat szervezésében és támogatásával a lakosság testi és lelki jóllétének megőrzése érdekében egy ismeretterjesztő előadás sorozat indul stresszkezelés témakörben, melybe betekinhetnek a szeptemberi egészségnapon.

Mindennapjaink részévé vált a stressz. Felgyorsult a világ körülöttünk, és mi benne vagyunk a spirálban. Hajt a teljesítménykényszer, az előrejutás vágya, az önbecsülés hiánya, hogy egyre többet és többet tekerjünk a mókuserékben. Hogy majd ennek árán egyszer boldogok legyünk. Ennek következményeként szerveztünk állandó készségben, feszültségben van, hogy bármelyik pillanatban reagálni tudjon a kihívásokra. A stressz, ha megfelelő mennyiségben van jelen az életünkben, erős motiváló hatással bír és növeli a teljesítményt. Ha azonban folyamatosan fennáll, és nem vezetjük le, az állandó készség kimeríti a szervezet tartalék energiáit, és egy idő után fokozottan nő az egészségromlás valamely formájának a lehetősége. Ilyen következmények a türelmetlenség, nyugtalanság, szorongás, álmatlanság, emésztési zavarok, migrén, pánikbetegség, depresszió, gyomorfekély, allergia, cukorbetegség, magas vérnyomás, stroke, impotencia, hajhullás, asztma és még lehetne sorolni.

Nőknél inkább lelki betegségek, férfiaknál inkább testi tünetek formájában jelenik meg a káros stressz következménye. Hogyan működik egy mai környezetben egy család? Azt hinnénk, hogy csak a felnőttekben van stressz. Sajnos manapság már nem így van. A stresszes szülőök gyerekei ugyanúgy ki vannak téve a stressznek, hiszen ők a család tűnethordozói, „az ostor vége”, a szülők tükré.

Az előadás-sorozat célja, hogy megismertessen minket egyszerű gyakorlati módszerekkel, könnyen elsajátítható technikákkal, apró trükkökkel, melyekből a legtesthezállobbat kiválasztva segíthetünk önmagunkon és családtagjainkon, hogy a káros stressz következményeit elkerülhessük, életüket boldogabban, kiegyensúlyozottabban, nyugodtabban élhessük.

Dr. Gergely Ákosné
Tamás Mária
metafizikai terapeuta,
speciális tanácsadó

SZÜRŐVIZSGÁLATOK ÉS E-RECEPT

A z egészségügyi ellátórendszer törekvései ellenére sajnos Magyarország vezető helyen áll mind a daganatos, mind a szív-érrendszeri betegségek halálozási statisztikáiban. Számos vizsgálat igazolja, hogy ez a magas szám elsősorban a lakosság egészségnevelésének, egészségtudatos életmódjának hiányával hozható összefüggésbe. Magyarországon jelenleg is számos olyan szűrővizsgálat elérhető vagy indul a közeljövőben, amelyekkel ezek a betegségek megelőzhetőek, illetve időben felismerhetőek és kezelhetőek lennének.

Az első előadásomban a következő témákról hallhatnak részletesebben:

- Mit jelent a szűrővizsgálat, mi a célja?
- Népegészségügyi szűrővizsgálatok és életkorhoz kötött szűrővizsgálatok
- Mi mindent kaphatnánk jelenleg is a kötelező egészségbiztosítási cserébe, ha tudnánk róla? (Komplex Manager-szűrés 2 évente, amit nem kérünk?)

A következő évtől nagyon fontos és mindenkit érintő változás várható az egészségügyi ellátórendszerben, azon belül is főleg az adataink, dokumentumaink kezelésében és tárolásában.

2017 novemberében bevezetésre került az EESZT: Elektronikus Egészségügyi Szolgáltatási Tér. Az EESZT egy komplex, felhő alapú szolgáltatás, ahol az egészségügyi dokumentációinkat nem csak mi magunk, hanem az általunk felhatalmazott kezelőorvosaink is megtekinthetik. A rendszer célja a párhuzamos vizsgálatok minimalizálása, az adminisztratív tevékenység csökkentése, a betegre fordítható idő optimalizálása.

Ennek a komplex rendszernek része az E-Recept, amely 2017 novemberében már bevezetésre került, és a tervek szerint a következő évektől teljes egészében átveszi az eddig megszokott hagyományos, papíralapú vények helyét.

A második előadásom célja a rendszer rövid bemutatása, az E-Recepttel kapcsolatos kérdések megválaszolása.



Dr. Kelemen Rita
háziorvos

2018. szept. 14-15.

EGÉSZSÉGNAP PILISCSABÁN

Családok éve - családok egészsége

szeptember 14. péntek
18.00 és 19.00
Klarissza ház:

Megnyitó: Bácskai Beáta
alpolgármester

előadások: Dr. Kelemen Rita
háziorvos
és Dr. Gergely Ákosné
Tamás Mária terapeuta

Piliscsabai ovik sportversenye
Focit, női focit, karate, vívás, darts
Piliscsaba Sportegyesület

Taekwondo
Vívás - Szent György Vivő Egylet
Természetjárás - Piliscsaba
Terepfutás - Pillisi Terepfutó
Mountaint Race-terepakar
Terepkerekpár - MoonRider
Lovaglás - Tábori Kings
Íjászat - Pillisi Királyi Íjászok
Jóga
Terepbiciklit - MoonRider
Kango-jumping - MoonRider
Akrobatikus rock - MoonRider
Aerobik - PAFC
Latin Fitt Dan - MoonRider

szeptember 15. szombat
9.00-14.00
Uradalmi udvar,
Céh Egyesület,
Klarissza ház:

Szűrések,
egészségmegőrző
kezelések

Előzetes regisztráció:
fb.com/egeszsegnappiliscsaba

szeptember 15. szombat
9.00-14.00
Sportpálya:

Klubházavató,
Piliscsaba Sportolója
Díj átadója,
Piliscsabáért
Emlékplakett átadója,
Sportágválasztó

A programokon való részvétel ingyenes.
Programváltoztatás jogát fenntartjuk.
Szervező: Piliscsaba Város Önkormányzata

PILISCSABA EGÉSZSÉGTERVE

fb.com/egeszsegnappiliscsaba
www.piliscsaba.hu



KLARISSZA-HÁZ

Művelődési Információs Központ és Könyvtár
Templom tér 9.

26 575 399, klarisszahaz@gmail.com,
www.klarisszahaz.hu

A KÖNYVTÁR NYITVATARTÁSA:

Hétfő: zárva
Kedd-csütörtök: 10:00-18:00
Péntek: 8:00-18:00
Szombat: 8:00-12:00

A KÖNYVTÁR TELEFONSZÁMA: 26 375 355
E-MAIL: konyvtarpiliscsaba@gmail.com

A MIKK ÁLLANDÓ PROGRAMJAI:

Maminbaba – Hordozós Latin Fitnessz (Mülhamer Brigitta)
hétfő 10.00-11.30

Néptáncanfolyam 6-14 éves gyerekeknek (Timár Mihály) hétfő 16.30

Szlovák nyelvtanfolyam (kezdő)
hétfő 15.00-16.30, gyermekkönyvtár

Szlovák nyelvtanfolyam (középfeladó)
kedd 18.00-19.30, gyermekkönyvtár

Szlovák nyelvtanfolyam (haladó)
hétfő 17.00-18.30, gyermekkönyvtár

Amatőr festők klubja
(Tánya Vasziljeva) kedd 10.00-13.00

Modern táncanfolyam (Future Dance, Kelemen Krisztina) szerda 17.00-18.00

Felnőtt színjátszókör
(Pokrócz Enikő) hétfő 18.30

szeptember

08 III. PILISCSABAI CSALÁDI NAP ÉS BOREST
SZOMBAT 16.00
Piliscsabai Vállalkozók CÉH Egyesülete szervezésében.
Részletek a plakáton a 11. oldalon.

szeptember

22 PALATKAI TÁNC HÁZ AZ ÁGAS-BOGASSAL
SZOMBAT 17.30
vendégek:
Kodoba Florin - primás és Radák Rémusz - kontrás Magyarpalatkáról.

szeptember

29 A MAGYAR SZENT KORONA NAPJA PILISCSABÁN
SZOMBAT 08.00
Előadások a Szent Korona szakrális, társadalompolitikai és tudományos kérdésköréről. Részletek a plakáton a 11. oldalon.

URADALMI HÁZ
Templom tér 13.

Kézimunkaszakkör
(Tóth Tamásné, információ: 26 373 262) kedd 16.00
A kézimunkaszakkör szeretettel várja az érdeklődőket!

FALUMÚZEUM:

Hétfő, kedd: zárva
Szerda-szombat: 10.00-14.00 óráig

MŰVÉSZETI GALÉRIA:

Hétfő, kedd: zárva
Szerda-szombat: 10.00-14.00 óráig

szeptember

22 FOTÓKIÁLLÍTÁS MEGNYITÓ
SZOMBAT 15.00
Timár Gábor munkáiból *Lábunk előtt, fejünk fölött. Instagramok és klasszikusok a Pilisben* címmel nyílik tárlat.

IOSEPHINUM
Fő u. 2/A

szeptember

07 XVI. SÁRKÖZY PÉTER TUDOMÁNYOS EMLÉKÜLÉS
PÉNTEK 09:00
Biogazdálkodás a Kárpát-medencében. További információk és regisztráció: www.sarkozybio.hu

SZLOVÁK MISE
minden hónap 2. vasárnapján,
szeptember 9-én 9.00 órakor a Nagytemplomban.
POBOCSKA:
szeptember 14-én, pénteken 18:00.

NAGYTEMPLOM
Templom tér 12.

szeptember

09 BUDAPESTI FESZTIVÁLZENEKAR KONCERTJE
VASÁRNAP 18.30
Éljük át a találkozást!
- barokk zenei koncert. Belépés ingyenes!
Regisztráció javasolt a rendezes@bfz.hu e-mail-címen.

FÉNYESLIGET HK ÉS KÁVÉZÓ
Batthyány utca 1.

szeptember

13 BOGAS.KLUB
CSÜTÖRTÖK 18.00
Népzene és jazz a Piliscsabai Táncház Egyesület szervezésében.

szeptember

27 BOGAS.KLUB
CSÜTÖRTÖK 18.00
Népzene és jazz a Piliscsabai Táncház Egyesület szervezésében.

TÖBB HELYSZÍNEN

szeptember

14-15 EGÉSZSÉGNAP PILISCSABA 2018
PÉNTEK-SZOMBAT
Részletek a 8-9. oldalon

CSABA-KERT

szeptember

22 V. PILISCSABAI LECSÓFESZTIVÁL ÉS FŐZŐVERSENY
SZOMBAT 14.00
Részletek a 2. oldalon

ZÖLDSÉG ÉLETMÓDKLUB
Bajcsy-Zsilinszky u. 9.

szeptember

20 KÉSZÍTÜNK KOMPOSZTOT!
CSÜTÖRTÖK 17.30
Kedvcsináló a kerti és lakóközösségi komposztáláshoz. Részletek a 2. oldalon

A MAGYAR SZENT KORONA NAPJA PILISCSABÁN
2018. szeptember 29.

Tisztelt Érdeklődő! A Hun-Magyar Kultúráért Baráti Kör és a Szent Jakab Segélyező Alapítvány szervezésében egész napos előadás-sorozat tartunk. Az előadások kitérnek a Szent Korona szakrális, társadalompolitikai és tudományos kérdéseire nagy részére.

Előadónk:
Dr. Zétényi Zsolt ügyvéd, alkotmányjogász
Dr. Bakay Kornél régész, történész
Dr. Fehér András főiskolai tanár
Dr. Tóth Judit történész
Rostás László Ybl- és Pro architektúra díjas építész
Komlóssy Zsuzsa Schmidt Irén

Az előadásokat moderálja és összeköti: Schmidt Irén.

Regisztráció: szeptember 29-én 08.30-kor
Előadások kezdése: 09.00-kor, várható befejezés 19 óra

Az előadások közötti 15 perces szünetben büfészolgálat lesz, ebédszünet 45 perc.

A szervezők meglepetéssel is szolgálnak!

Részvételi díj: egész napra 1000 Ft/fő (gyermek és diákok térítésmentesen vehetnek részt). A szervezők a változtatások jogát fenntartják! Az esetleges változásokról az előzetesen regisztráló érdeklődők szeptember 14-ig e-levélben kapnak értesítést. Akik előzetesen nem regisztráltak, azok szeptember 14. után érdeklődhetnek. Előzetes regisztráció és érdeklődés: koronaszolga@gmail.com.

Mindenkit szeretettel várunk!
Schmidt Irén, Sára András, Ugrin András

CÉH EGYLET
Templom tér 11.

szeptember

15 PILISI EGÉSZSÉGSULI
SZOMBAT 9:00
Aki kíváncsi, hamar megöregszik?
Részletek a 2. oldalon

MARCSI BUTIK
(Solymár, Turista u.9.)
Nyitvatartás:
Kedd-Péntek: 14-19 óráig
Szombat: 9-14 óráig
Tel: 06-26/360-248
Nagy árleszállítás! Kiváló minőségű felsők, ruhák, alkalmi és gyászruhák, nagyon kedvező áron! Nagy méretben is! Szeretettel várom kedves vásárlóimat!

M E G H I V O
III. PILISCSABAI CSALÁDINAP ÉS BOREST
2018. SZEPTEMBER 8-án, szombaton 16 órától
A KLARISSZA-UDVARBAN!
(Piliscsaba, Templom tér 9.)
A Piliscsabai Vállalkozók CÉH Egyesülete szervezésében
- kreatív program gyermekeknek a Klarissza-házban
- kürtöskalács és vattacukor
- az idei Piliscsabai Borverseny díjazott borai térítésmentesen kóstolhatók (pohár 1000 Ft)
- sült kolbász, étel-ital a helyszínen vásárolható!
Várjuk szeretettel!
Piliscsaba Önkormányzata, Piliscsabai Vállalkozók CÉH Egyesülete, Piliscsaba MIKK

A Városi Könyvtár e havi ajánlata

Maszat úrhajózik
Berg Judit – Agócs Irisz: Maszat úrhajózik
Az első mesében Maszathoz vendégségbe érkeznek barátai, Sári és Misi, de nem tudnak megegyezni abban, hogy mit építsenek. A második mesében a képzelet már az űrbe szárnyal!

BÍRÓ SZABOLCS
Bíró Szabolcs: Anjouk V. Ötvenezer lándzsa
Bíró Szabolcs nagyszabású történelmi regénysorozatának érzelmekkel és drámai fordulatokkal teli ötödik része egyben az Arany Visegrád-trilógia második kötete.

Cressida Cowell: Hajdan varázslói
Hajdan létezett varázslat, a sötét erdőben élt. Aztán megjelentek a harcosok... Czár varázslófiú és Ábránd harcoslány.

Steve Berry: Vérbosszú Párizsban
Amikor Bonaparte Napóleon 1821-ben meghalt, magával vitt a sírba egy hatalmas titkot. Táborként és császárként rengeteg kincset rabolt össze. Cotton Malone, volt amerikai ügynök koppenhágai könyvesboltjának ajtaján bezört a kaland.

Fábián Janka: Rose regénye
Fábián Janka sok szálon futó, szereteágazó, fordulatos családrégényében a második világháború alatti és utáni Európa ellentmondásos, drámai történelmét idézi meg. A boldogság kék madarát kergető, esendő, mégis tiszteltre és szeretetre méltó hősei arra tanítanak, hogy mindig újra lehet és újra kell kezdeni az életet, és sosem szabad feladni.



SZENT ISTVÁN KIRÁLY ÜNNEPE

Szentmisével kezdődött Piliscsabán az augusztus 20-i nemzeti ünnep. A szentmisét követően a piliscsabai egyházak képviselői megáldották az új kenyeret, amelyet a polgármester úr távollétében Bácskai Beáta alpolgármester asszony szelt meg. Az első szellet Bélik Kati néninek küldték el, aki Piliscsaba és egyben az ország legidősebb embere.

Az ünnepség délutántól a Klarissza-házban folytatódott a Pinocchio Bábcsoport A SÓ című előadásával, majd a Roma Hagyományörző Táncsoport fellépése és a California Special koncertje után a Feeling Music együttes szolgáltatta a zenét. Az ünnep tűzijátékkal ért véget.

PP



NEMZETISÉGI DÉLUTÁN AZ ŐSÖK PARKJÁBAN

Tizenhat éve készült el az Ősök Parkja, és immár sokadik alkalommal találkoztunk ott a nemzetiségi délutánon, amelyet a piliscsabai szlovák közösség rendez. Az esemény fő célja a hagyományok ápolása és a nemzetiségi hovatartozás erősítése. Mivel Piliscsabán a lakosság négy nagyobb – magyar, német, szlovák és cigány – nemzetiségből áll, ezért a műsorban fellépőket is így választottuk ki.

Az előző évek hibáiból tanulva Szalai Zsófia, a Gesztenyevirág táncsoport tagja ezúttal magyarul és szlovákul is felkonferálta a műsort. Először magyarul és szlovákul közösen elénekeltek az „Uram, áldd meg ezt a földet – Daj Boh štastiatej to zemi” című dalt, majd a csa-



bai szlovákok énekkara ugyancsak két nyelven elénekelte Piliscsabán népszerű régi dalokat. Id. Drevenka Antal köszöntője után a Boldog Emília cigány hagyományörző csoport fellépése következett, akik vérpezsdítő táncaikat követően himnuszukat is elénekeltek.

Farkas András polgármester beszédében méltatta a hagyományteremtő eseményt, és kiemelte a nemzetiségek közötti jó kapcsolatok fontosságát. Megemlítette azt a tényt is, hogy az 1702-ben betelepített szlovák családok milyen nagy szerepet játszottak Piliscsaba újjáéledésében.



Ezután meghallgathattuk a kesztöci Geisler Dóri és Nagyvári Lajos virtuóz harmonikajátékát, és tapsolhattunk a Dorogi Német Nemzetiségi Önkormányzat vegyes kórusának. A Gesztenyevirág táncsoport ismét nagy sikert aratott magyar és szlovák táncaival, amit a pilisszántói Studenka együttes szántói dalai követtek. A pilisi szlovákok himnuszának

közös eléneklése előtt még egy gyönyörű verset is hallhattunk az emberek közötti kapcsolatról a kóspallagi Botos Katalin előadásában.

A délután sikeres lebonyolítása érdekében közösségünk teljes összefogására szükség volt. A gulyásleves elkészítését ismét Kladek László vállalta el, akinek ízletesen elkészített étele az előző évek rendezvényein is sikert aratott. A közösség női tagjai saját készítésű süteményekkel, a férfiak pedig boraikkal és pálinkáikkal járultak hozzá a jókedv fokozásához. A gulyásleves és a sütemény elfogyasztása után a további jó hangulatról a párkányi Vybórníci énekegyüttes gondoskodott zenével és közös énekléssel. Reméljük, hogy a következő években egyre több piliscsabai vendégünk lesz!

A polgármester úr beszédéből idézve: „nem csak otthon kell őriznünk hagyományainkat. Fel kell állni a kényelmes fotelekből, és el kell jönni a rendezvényekre.” Erre nagyon jó példa Stefanek Róza, aki 17 éves volt, amikor szüleiivel és testvéreivel áttelepültek Csehországba. Most a rimaszombati karosszékéből kelt fel és jött el rendezvényünkre. Köszönjük, hogy ilyen idős korban megtisztelt minket a jelenlétével!



Kochnyák István

M.Á.K. Kézműves Cukrászda

Tudtad?

Tőlünk bármilyen jeles alkalomra rendelhetsz tortát: születésnapra, névnapra, de akár esküvőre, évfordulóra is!

Mentes tortákat is készítünk, igény szerint!

Keress bennünket elérhetőségeink egyikén!

MÁK Cukrászda: 2081 Piliscsaba, Egyetem utca 3.
E-mail: info@makcukraszda.hu
Tél: +36-26/595-985

Mini MÁK Cuki: 2081 Piliscsaba, Fő út 14L.
Mobit: +36-70/424-1073
www.makcukraszda.hu

(a Pont Kereskedés mellett) www.facebook.com/makcukraszda
www.instagram.com/makcukraszda

DUGULÁS-ELHÁRÍTÁS:

06 70 624-20-81

Gabó-duguláselhárítás

AUTOMATA MOSÓGÉPEK JAVÍTÁSA

JÁRMAI JÁNOS

+36 30 942 7422



AVICENNA félkészben is ékes

Gyönyörű épülettel gazdagodik hamarosan Piliscsaba. A Pázmány Péter Katolikus Egyetem Iosephinum kollégiuma mellett épül Makovecz Imre terve alapján a Közel-Kelet Kutatóintézet székhelye, Avicenna néven.



Avicennáról, a 980-ban született perzsa polihisztorról neveztek el az épületet és az intézetet működő közhasznú nonprofit társaságot is. Csikó Gábor a Iosephinum Fejlesztésért Közhasznú Alapítvány képviselőjeként köszöntötte a megjelent vendégeket az aulában megtartott alapköveteli ünnepségen. Méltatta az alapító, Makovecz Imre szerzőjét, nagy hatású tevékenységét, elsősorban Piliscsaba vonatkozásában. Köszöntötte a jelen lévő tervezőket, kivitelezőket és a meghívott vendégeket, valamint az ünnepség ideje alatt is dolgozó munkásokat.

Dr. Maróth Miklós akadémikus, az Avicenna Kutatóintézet igazgatója rövid beszédében a kutatóintézet múltjáról, jelenéről és remélt jövőjéről számolt be. Az orientalista kutatást szakemberképzéssel és publikációkkal segítő intézmény egyedülálló és hiánypótló a magyar kulturális életben. Eddigi működését fennállásának 16 éve alatt harminc magas színvonalú könyv megszületése jellemezte.

Az épület tervezője, Turi Attila Ybl-díjas építész Makovecz Imre életművét méltatta. Kiemelte, hogy Makovecz Imre világszerte nagyrabecsült munkásságának és hagyatékának csak a feldolgozása is évtizedes munkát jelent az utódoknak. Halála napján is a Solymárra tervezett Waldorf Gimnázium épületével foglalkozott, és ez a befejezetlen terv szolgált a most születő épület alapjául. A közel nulla energiaigényű, passzív épület

környezete egy pihenőkerttel is gazdagodik. Turi Attila még egy érdekességre hívta fel a figyelmet: nem ismer olyan építész, aki olyan fotókat mert publikálni, amelyek a félkész épületekről készültek. Makovecz Imre ezt két esetben is megtette: a szigetvári Vigadó és a sárospataki gimnázium épületeiről is sikeres publikációk kerültek a nemzetközi porondra. Az Avicenna ház bizonyítja, hogy egy szerkezetkész építmény is a befejezettség érzetét kelti, bizonyítva ezzel Makovecz Imre zsenialitását. Turi Attila a mester gondolatával, alkotóművészetét jellemző ars poeticájával zárta beszédét: „Eget és Földet összekötni”.

Az ünnepség zárásaként dr. Maróth Miklós elhelyezte az időkapuszálát, benne az Avicenna Intézet alapító okiratának egy példányával, az épület tervrajzaival és lapunk számára nagy megtiszteltetésként a Piliscsabai Polgár legutóbbi, 2018. júliusi számával.

Barcsik Géza



KÁRPÁT-MEDENCEI VITÉZI REND MEGEMLEKEZÉSE



A magyar hősök emléknapja alkalmából május 30-án megemlékezést tartottak a piliscsabai temetőben nyugvó két tábornok, Vitéz Nagybacsoni Nagy Vilmos vezérezredes és Vitéz Lovag Spondalungai Metz Rezső altábornagy tiszteletére.



Ezúton mondunk köszönetet Szép Mónika református lelkész asszonynak, aki a megemlékezésen tartalmas előadást tartott a templom történetéről, illetve az 56-os Vitézi rend képviselőinek is, hogy színvonalas beszámolóval tisztelték meg az eseményt, valamint köszönjük Kovács Gábor és a pilisszentiváni cserkészek részvételét.

Vitéz Nyitrai Lajos, szervező

UTCABÁL



A hagyományokhoz híven július végén ismét utcabál rendeztek a Deák Ferenc utca lakói.



KIHÍVÁS TÁVOI A ZAJTÓL, TÖMEGTŐL

Egyéni teljesítménytúra-útvonal halad át Piliscsában. A Szénás nagy kör 75 km hosszú, és csodás helyeken vezet keresztül. Aki érez magában elég felkészültséget, annak mindenképpen érdemes végigjárnia.

A Szénás Kör létrehozásával igyekeztek olyan útvonalat tervezni, melynek során megismerhetjük a Budai- és a Pilis hegység azon kevésbé látogatott, mégis gyönyörű és változatos területeit, ahol a szervezők, azaz az Euniors Ifjúsági és Sportegyesület tagjai is rendszeresen futnak, és amit szeretünk mindenképpen látni kell.

A Szénás Kör egyéni körtúra, ami végig jelölt turistautakon halad a Budai- és a Pilis hegységben. Leginkább egy teljesítménytúrához hasonlítható, a különbség annyi, hogy itt nincs kitűzött rajt, hanem mindenki egyénileg, az általa megválasztott időpontban indulhat és teljesítheti, futva vagy gyalogolva. Két különböző hosszúságú és nehézségű táv van – 31, illetve 75 km –, hogy mindenki saját felkészültsége alapján választ-

hasson. Az esemény önellátó, ami azt jelenti, hogy a teljesítőnek magának kell biztosítania a túra ideje alatt szükséges étel- és italmennyiséget.

A Kör az ellenőrző pontokon kihelyezett QR-kódok leolvasásával teljesíthető. Minden szintidőn belül beérkező érmet kap.

A kis kör – Táv: 31 km

Solymár központjából indulva a Jegenyevölgyön át, Remeteszőlős érintésével, a Nagy-Kopasz és Nagy-Szénást meghódítva tér vissza a kiindulási ponthoz.

A nagy kör – Táv: 75 km

Solymár központjából indulva a Jegenyevölgyön át, Remeteszőlős érintésével, a Nagy-Kopasz és Nagy-Szénást meghódítva, végig a Hoszszú-árkon, érintve a Villa Negrát és a Kopár Csárdát ér el az Iluska-forráshoz. Ezt követően a Trézsi-kút, gerinc útvonalon jut el a Leány- és Legény-barlanghoz, majd Piliscsében és Piliscsabán keresztül a Kőrsvölgyön át vezet a Nagy-Szénás emlékfalhoz és tér vissza a kiindulási ponthoz.

Bővebb információt és térképet a szenaskor.hu oldalon találhatnak.

OHN



MÖCKMÜHL STADTFEST

Testvérvárosi találkozó

Több mint 10 éve annak, hogy a Német Nemzetiségi Önkormányzat és a Piliscsabai Németek Kulturális Egyesülete közbenjárásával a németországi Möckmühl Piliscsaba testvérvárosa lett. Azóta minden évben a június közepén megrendezett városi napokon az olasz Cherascival együtt vendégeskedünk a többnapos rendezvényen, a többi városi civil szervezettel együtt standot állítunk, és magyaros vendéglátással szórakoztatjuk a finom ételeket-italokat kínáló sátrak sorát. Az idén a Szomor Farm kiváló szürkemarha szalámitermékeit kínáltuk, erős zöldpaprikával, puha kenyérrrel, hazai borral, pálinkával. Farkas András polgármester úr és Piliscsaba üdvözlétét is átadtuk, az ajándék egyedi borválogatást a vendéglátó képviselőjében Möckmühl polgármestere vette át.

Remek civil összefogással, nagyszámú és vidám résztvevővel, több mint 600 futóversenyzővel, számos szórakoztató programmal, koncertekkel ismét nagyszerű városi napoknak lehettünk részesei. Szeretettel várjuk testvérvárosaink képviselőit a szeptemberi piliscsabai szüreti felvonulásra és bálra!

Köszönjük a PNKE tagjainak, önkénteseinknek a segítséget a kétnapos program lebonyolításában! Még több képet találhatnak honlapunkon: www.piliscsabainemetek.hu.

Tázer Pálné PNKE, NNÖ elnök
Fotó: Wolfgang Drewes

27. SZÜRETI FELVONULÁS ÉS BÁL WEINLESEFEST

SZEPTEMBER 29. SZOMBAT

1500 URADALMI UDVAR: VENDÉGFOGADÁS, HAGYOMÁNYÓRZÓ MŰSOR

1600 FELVONULÁS HAGYOMÁNYOS ÚTVONALON

2000 BÁL A SZAKI SZÍNHÁZTERMÉBEN – TÁMOGATÓ JEGY: 1500 FT

FELLÉPNEK: KOLIBRI TÁNCSTÚDIÓ TÁNCOSAI

A FELVONULÁSON ÉS A BÁLON ZENÉL: MONDSCHEN KAPELLE

ZENE-TÁNC HAJNALIG-TOMBOLA



INFORMÁCIÓK, ASZTALFOGLALÁS: 0670/456-5496

SZERVEZŐK: HALUK JÁNOS NÉMET NEMZETISÉGI ÁLTALÁNOS ISKOLA, NÉMET NEMZETISÉGI ÖNKORMÁNYZAT, PILISCSABAI NÉMETEK KULTURÁLIS EGYESÜLETE
TÁMOGATÓK: PNKE, Piliscsaba Város Önkormányzata, FARKAS ANDRÁS POLGÁRMESTER, FARKAS ANDRÁS POLGÁRMESTER



SZAKIS DIÁKOK erdészeti gyakorlaton Finnországban

Kétezer-tizennégy óta vesz részt a Szepe-si iskola (FM KASZK, Dr. Szepesi László Mezőgazdasági, Erdészeti Szakgimnáziuma, Szakközépiskolája és Kollégiuma) az Erasmus+ programban, melynek keretében eddig összesen 62 diák utazhatott Finnországba erdészeti és erdészeti gépész szakmai gyakorlatra a támogatásnak köszönhetően.

Az erdészeti szakmának nagy hagyománya van a piliscsabai iskolában. Az erdészeti szakmunkás képzés 3 éves szakközépiskolai képzés, az erdészet és vadgazdálkodás pedig 4+1 éves szakgimnáziumi képzés. A tanulók folytathatják tanulmányaikat technikai évfolyamokon, de a szakma megszerzése után lehetőség van érettségit is tenni.

Gyönyörű környezetben lévő, jól felszerelt iskolánkban az itthoni szakmai munkát a Pilisi Parkerdő Zrt. szakemberei is segítik – mondta el Börzsönyi Tünde igazgató. – Tanulóink többsége a nyári gyakorlatot külső erdészetekben végzi, például a Pilisi Parkerdőnél, a



bakonyi, vértesi vagy zalai erdőgazdaságoknál, illetve egyéni vállalkozóknál. A külföldi szakmai gyakorlatok lehetősége növeli a tanulási motivációt a diákokban, hiszen a részvétel egyik fő feltétele a szakma iránti érdeklődés. Mindezek a lehetőségek nagymértékben megkönnyítik a későbbi elhelyezkedést.

Az Erasmus+ program keretében két szak-képző intézménnyel működünk együtt, az egyik az Ähtäri városában található SEDU, a másik pedig a nemzetközi programjairól híres

JAO intézmény. Mindkét helyen jártak már az iskola tanárai is, ahol megismerkedhettek a finn oktatási rendszerrel, a szakképzéssel, a gyakorlati tevékenységek szervezésének jó gyakorlataival.

A diákok jellemzően háromhetes gyakorlaton vesznek részt, melyek főbb témái: az erdészeti kézi és munkagépek szerelése, fenntartása, karbantartása; a finn erdőművelés és gazdálkodás; szimulátorok használata; fadöntés; valamint gépüzemelési feladatok a telepítés, az erdőtisztítás (bozótirtó, tisztítófűrész, láncfűrész), a fakitermelés (Harvester), a farakodás és -szállítás (Forwarder) munkafolyamataiban.

Azonkívül, hogy gyakorlati és elméleti ismereteiket is bővítik, a diákok együtt élnek és dolgoznak más nemzetek diákjaival, kulturális programokon vesznek részt, a tanulás és a mindennapos beszámolóírás mellett pedig szabadidejükben a hagyományos finn szaunát is kipróbálhatják.

A fő cél az, hogy ha tudunk, minden diákot külföldi tapasztalathoz juttassunk – mondta Tóth Judit Emma, az FM KASZK nemzetközi koordinátora. – A külföldön szerzett gyakorlati tapasztalattal javítani szeretnénk a tanulók munkaerőpiaci helyzetét, hogy lehetőleg a szakmájukon belül, hazai környezetben találjanak munkát. Az Erasmus+ programon kívül még a Határtalan pályázat keretében van lehetőség külföldi tanulmányúton részt venni: Kárpátjárja és Délvidékre tudnak kiutazni a tanulócsoporthoz, minden esetben kísérőtanárral.

A diákok jellemzően a gyakorlat során járnak először külföldön és utaznak repülővel, ez így a gyakorlattal együtt olyan életre szóló élményt ad nekik, mellyel jobban elköteleződnék a szakmájuk iránt. Mivel a székhelyintézmény (FM KASZK) 2017 szeptemberében megszerezte az Erasmus+ Szakképzési tanúsítványt, így a gyakorlatokat évről évre garantálni tudjuk.

Várjuk az erdészet iránt érdeklődő diákokat családias légkörű iskolánkba, ahol a távol lakó tanulók részére kollégiumi elhelyezést is tudunk biztosítani!

Szepe-si

További információk és képek: www.szepesiszki.hu

AVARÉGETÉS HELYETT



KOMPOSZTÁLÁS

Lassacsán itt az ősz. A piliscsabai esték jellegzetességei a füstölő avarcupacok. Még akár hangulatosnak is tarthatnánk őket, ha nem fojtogatna kissé a füst, és nem derült volna ki az utóbbi évtizedekben néhány igencsak elgondolkodtató adat az avarégetésről.

Konkréten az, hogy a kerti hulladékok és az avar égetése káros a környezetre és az emberi egészségre is. Valamint káros a kutyánk, a macskánk és minden más élőlény egészségére is. Az átlagos kerti tűz, melyben vegyesen égetünk avart, fűnyesedéket és gallyakat, óriási légszennyezést okoz. Ennek oka elsősorban az égetett anyagok rossz oxigénellátása, magas nedvességtartalma és alacsony égéshőmérséklete. Például a növényi részekben lévő szén ugyan oxidálódik, de csak részben, és szén-dioxid helyett szén-monoxid keletkezik.

Az avar és a kerti hulladékok égetése során a szén-monoxiddal kívül többek között fenol, nitrogén-oxidok, sztrén, benz-a-pirén keletkezik, valamint úgynevezett pici, lebegő részecskék. Felsorolni is sok. Ezeknek az anyagoknak káros egészségügyi hatásai még hosszabb sort tesznek ki, amelyek között vannak azonnali hatások, és vannak hosszú távú hatások is. Az azonnali hatások közé tartozik a fejfájás, szédülés, émelygés, a látás- és hallásképesség csökkenése, az asztmás roham, a szem és a légutak irritációja, szív- és érrendszeri zavarok. A hosszú távú hatásai, hogy akadályozzák a vér oxigén szállító képességét, rákkeltők, az immunrendszert károsítják, előidézhetnek szívinfarktust, agyérögcsőt, tüdőgyulladást, hatásuk lehet a központi idegrendszerre, valamint születési és fejlődési rendellenességeket okozhatnak.

Mindezeket túl sajnos a kerti hulladék égetése során nem ritka, hogy a kupacba műanyag vagy egyéb háztartási hulladék is belekeveredik, amelyek égésekor további mérgező vegyületek keletkeznek.

A kicsi, lebegő részecskék

Különösen veszélyesek az avar és a kerti hulladék égése során keletkező kicsi lebegő részecskék, azaz a szállópor: ezek ultra-finom részecskék, amelyeket könnyen belegezünk, és amelyek a tüdőből a véráramba jutnak. Egy svájci tanulmány szerint egy nagyobb kupac avar 6 órás égésével annyi szállópor keletkezik, mint 250 autóbussz 24 órás folyamatos közlekedése során.

Az Európai Környezetvédelmi Ügynökség tanulmánya szerint Magyarországon évente 16 200 ember hal meg a szállópor következtében. Ők átlagosan tíz évvel tovább élhetnek, ha nem mérgeznék őket a szállópor. Ebben a tekintetben első helyen állunk Európában.

A világnak egyes részein be van tiltva az avarégetés, és a kiszabható bírság is meglepően komoly. Kanadában, Brit Kolumbia tartományban például az avarégetési szabályokat megszegők akár 200 000 dollár bírságot, azaz 42 millió forintot is fizethetnek.

Magyarország számos településén egész évben tilos az avar és kerti hulladék égetése, így Budapest egész területén és Pest megye tizenhat településén is. Piliscsaba még nem tartozik ezek közé, nálunk ősszel és tavasszal lehet égetni.

Hogy mit csináljunk a keletkező avarral ahelyett, hogy elégetnénk? Hát komposztáljunk! Komposztáláskor maradéktalanul elbomlanak a növényi részek, és hasznos humusz keletkezik. Azaz káros anyagok keletkezése nélkül érték keletkezik, ugyanis az a remek humusz, amit zsákokban árulnak jó pénzért mint virágföldet, szintén nem más, mint kerti komposzt.

Hogyan komposztáljunk?

A kerti zöldhulladékokból mindent bele lehet tenni a komposztba: a levágott fűvet, a lemetezett gallyakat és a lehullott lombot, de még a diófalevelet is. Bár a diófalevél csírázásgátló anyagot tartalmaz, elkomposztálva 9 hónap alatt eltűnik ez a tulajdonsága.

A komposztáló hely kialakításánál fontos, hogy árnyékos helyen legyen, mert így kevésbé szárad ki. Ha nincs árnyékos helyünk a kertben, a komposztos domb tetejébe dughatunk tavasszal néhány tökmagot, és a kikelő növények fognak árnyékot adni nyáron. Ajánlatos a komposztot néha megforgatni, és ha nagyon száraz a nyár, nedvesen tartani. Fontos, hogy a komposztos domb alja a talajjal érintkezzen, mert a komposztálásban részt vevő mikroorganizmusok csak így tudnak bejutni a komposztunkba. Ha van helyünk, több komposztunk is lehet egyszerre: az egyik, amelyikben aktuálisan gyűjtünk, a másik, amelyikben éppen érik, és a harmadik, amelyikben a már megérett komposzt van, és a nyár folyamán elhasználjuk a tartalmát. De ha nincs elég helyünk, akkor is megoldható egy tartóval a komposztálás.

Érdemes a komposztba tett gallyakat apróra vágni, mert így biztosítható a domb szellőzése. A komposztban a mikroorganizmusok néhány hónap alatt a szerves növényi részekből humuszt állítanak elő. A komposztos domb belső hőmérséklete 50 és 70 fok között változik, így a kártevők elpusztulnak.

A rossz szag ellen

Ahhoz, hogy a komposztunknak ne legyen rossz illata, mindössze a következőt kell tennünk: amikor kiöntjük a háztartási szerves hulladékot, akkor néhány marék levágott fűvet vagy gyomot szórjunk a tetejére.

A komposztba a háztartásban keletkezett szerves hulladékot is beletehetjük. Amit azonban ne tegyünk a komposztba, az a főtt étel, olaj, hús, illetve a déli gyümölcsök vegyszerekkel kezelt héja. A dióhéj és az őszibarackmag tapasztalatom szerint nem tud elkomposztálódni, illetve valószínűleg csak nagyon lassan, ezért ezeket sem tesszük a komposztba.

A kész humuszt egy erre készített nagy szitán átszítjuk, és így el tudjuk távolítani a köveket, a pajorokat és más szennyeződéseket. Ezt a termőföldet azután szétszórjuk a veteményesben, vagy bárhol a kertben, ahol úgy érezzük, hogy jól jönne a plusz tápanyag. És ezután mélyeket lélegeztünk a tiszta, piliscsabai levegőből.

Az avarégetésről és a komposztálásról a Zöldség életmódklubban szeptember 20-án részletesen is szó lesz.

Dr. Benda Judit

A Gyermeksziget és Gyermekliget Evangélikus Családi Bölcsőde

nagy szeretettel várja 1-3 év közötti gyermekek jelentkezését, nyugodt-családias környezetben, sok játékkal-mesével és vidámsággal!

gyermeksziget@lutheran.hu pznebozse@gmail.com
06 20 271 7279 06 20 374 7574



PSE HÍREK

Bajnok-OK!

Az idén 90 éves egyesületünk aktívabb, mint valaha. Júniusban a bajnokságok véget értek ugyan, és mint ahogy arról beszámoltunk, három utánpótláscsapatunk közül három bajnoki arany született, így a hónap közepén a Klarissza-házban igazán ünnepi hangulatban tartottuk a már hagyományossá vált évzárón-



kat. Az esemény szlogenje a „BAJNOK-OK VAGYUNK” lett, ami ezúttal háromszor is igaz, valamint az elvásztójellel plusz értelmet kapott. A felirat és a címer azokra a pólókra is felkerült, melyeket az első helyezettek az érme mellé emlékebe kaptak a klubtól.

A Himnusz alkalomhoz illően sportos gitárkísérettel énekeltük, megköszöntük, kifejeztük hálánkat mindazoknak, akik a jó dolgunkat biztosítják, majd értékeltük és elismertük a 17/18-as sportív eredményeit. Úgy véljük, hogy ha egy klub mindhárom utánpótláscsapatja bajnokságot nyer, az egy bajnok ok, és egyben üzenet, hogy a PSE-ben sportoljanak, focizzanak a gyerkőcök. Az éremeső után pedig az est sztárvendége, az országosan ismert előadó, dalszerző, szövegíró: Johnny K. Palmer teremtett fergeteges hangulatot, amely aztán DJ Miskó és kitarató fiataljaink közreműködésével éjfélig tartott.

Szünet? Milyen szünet?

Sok unatkozásra nem volt időnk a nyáron sem, előbb Egerben jártak fiataljaink, majd a focitáborok következtek az otthonunkban.

Aztán a strandfoci bajnokságokban rúgták a focit és a homokot fiaink-lányaink, ami jó móka volt, ám az igazi sláger a nyári edzőtábor lett, amire ismét az egész PSE család megmozdult, ezúttal Révfülöpon töltöttünk csodálatos napokat együtt.



Folytatás most

Óriási öröm számunkra, hogy a város vezetésének köszönhetően megújult sportközpontunk épülete, műszakilag és esztétikailag is megfelel akár a Bundesliga igényeinek is. A kupákat és a serlegeket visszatettük a vitrinekbe, és újra nekifeszültünk a munkának, kezdődnek az új bajnokságok. Üzenjük a szülőknek, hogy szakmailag és technikailag is felkészülve, csodálatos környezetben várjuk a lányokat, fiúkat az összes korosztályunkba!

GZS



MIÉRT SPORTOLJON A GYEREK?

A sportvezető bevezető gondolata volt, hogy miért fontos, hogy a gyerek sportoljon? Ennek anyagát abból a kutatásból merítettem, melyet több mint 10 éve az UEFA edzői vizsgámhoz kellett elvégezniem, s melyet friss adatokkal is megerősítettem.

Futballkarrierem tapasztalatai során – melyben gyakorlatilag a hazai futballélet keresztmetszetét bejártam, valamint edzői minőségben is nemzetközi betekintést kaptam – azt gondoltam, hogy látom a lényegét a fenti kérdésben, ám említett kutatásom eredményei meglepően sokat mondtak arról, amit a fiatalok csapatban történő focija jelent. A „sógorok” szakemberei statisztikák alapján kiszámolták, hogy milyen hozama van a sportágba való befektetésnek euróban, illetve egyáltalán az életben. Ezekből

most a legfontosabbakat emelem ki, mintegy ösztönözve magunkat szülőket, hogy:

- egyrészt küldjük a gyermekeinket focizni,
- másrészt kellő ráhatással – szigorral, ösztönzéssel, példamutatással – érzük el, hogy ki is tartanak a nehéz időszakokban, akár esős napokon vagy programtorlódás esetén is.
- Tehát íme, hogy miért: Akik aktívan átfocizák a fiatalokat Ausztriában (és persze bárhol), azok közül
- alig lesznek bűnözők,
- sokkal kevesebb a válások száma a családokban,
- termelékenyebbek a munkahelyeken,
- kisebb a fluktuáció a munkahelyeken közöttük,
- könnyebben beilleszkednek mind a munkahelyi környezetbe, mind bármilyen szervezetbe,

• a társadalombiztosítás számára sokkal kevesebbe kerülnek, azaz kevesebb orvosi ellátásra szorulnak, illetve a betegellátási költségek is töredékébe kerülnek az országnak. Ebbe beleszámították a kimondottan sportszerűlésekből származó költségeket is!

Összességében úgy számolták, hogy minden 1 euró, amit a tömegfutballba investálnak, 10 év alatt 2,5 eurót terem.

Mi a Piliscsabayi Sportegyesületben ezeknek az ismereteknek a tudatában tekintünk a munkánkra, a gyerekekkel való foglalkozásra, és ezt szeretnénk hirdetni mindenkinek. Érdemes elolvasni a listát többször is, hogy beégjen a szívünkbe az üzenet. Természetesen minden csapatsportra, vagy akár a zenére, tánca is értelmezhetőek a fentiek, de azokra vonatkozó kutatásokat nem elemeztem.

Nagy szeretettel:
Gáspár Zsolt

Fényesliget Kávézó

7 ÉVESEK LETTÜNK!

Köszönjük KEDVES VENDÉGEINK EDDIGI KITÜNTETŐ BIZALMÁT!

**VISZONZÁSKÉPPEN
2018. SZEPTEMBER 3-8.
KÖZÖTT A HÉT ÉVVEL KORÁBBI,
MEGNYITÁSUNKOR ÉRVÉNYES
ELSŐ HETI A LA CARTE ÉTLAPUNKON
SZEREPLŐ ÉTELEKET KÍNÁLJUK
A 2011. SZEPTEMBERI ÁRAKON!**

MCM ÉLELMISZER

PILISCSABA LEGRÉGBBÍ ÉLELMISZERBOLTJA

5000 Ft feletti vásárlás blokkja sorsoláson vesz részt!

Dobja be az erre a célra elhelyezett ládába!

Értékes nyeremények sorsolás kéthetente

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 mobilfeltöltés

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

FÖNIX VARRODA

Ruhajavítás

Mindenféle ruhanemű javítását gyorsan, megbízható minőségben, rövid határidőre is vállalom.

**LEADÁS HELYE:
2081 Piliscsaba, Garancsi út 6.
IDŐPONT-EGYEZTETÉS:
06 70 2946894**

HERMANN OPTIKA

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

Törhetetlen gyermek keretek
25% kedvezménnyel
- Nanovista keret
- törhetetlen lencse

HOLYA

fényre sötétedő réteg
40% kedvezménnyel

Az akciók 2018.08.01-től 2018.09.30-ig érvényesek a készlet erejéig. További részletekről felvilágosítás az üzletben

Látásvizsgálat előjegyzés alapján

Minden napszemüveg 5990 Ft a készlet erejéig

Előjegyzés:
06 26 374 514
06 30 824 0615

LEGYEN A TE OTTHONOD IS HAPPY HOME!

Happy Home
MIX1
5279
FT/HÓ

A csomag tartalma:

- 101 digitális csatorna (33 HD-csatornával)
- 500 Mbit/s-os internet
- korlátlan UPC vezetékes hálózaton belüli telefonbeszélgetéssel
- ePackkel, 12 havi elkötelezettséggel

Megrendelés és további információ:

tel.: 1221, www.upc.hu/fejlesztunk

Élmény minden
pillanat



upc

Az akció 2018. szeptember 1-10-ig érvényes új előfizetéssel, vagy egy vezetékes szolgáltatással már rendelkező ügyfelek számára 12 havi elkötelezettség mellett. Az ePack-kedvezmény 600 Ft kedvezményt jelent az internetszolgáltatást tartalmazó csomagok havi díjából. A csatornaszámok változtatásának jogát fenntartjuk. A Fiber Power 500 internetszolgáltatás garantált le- és feltöltési sebessége 100/5,5 Mbit/s. A tájékoztatás nem teljes körű, részletek és az ePack-kedvezmény igénybevételi feltételei elérhetőek a www.upc.hu/epack oldalon vagy a UPC Shopban és a 1221-es telefonszámon.