



DENGELEG

2022. ŐSZ



XXVIII. ÉVFOLYAM 3. SZÁM

Augusztus 20. - megemlékezés



„A könyvtárunkban ülve akár a világ összes sarkába eljuthatunk.”

John Lubbock

Könyvtárunk

Az Egyházasdengelegi Könyvtári, Információs és Közösségi hely, mint a megye legtöbb kistérségének könyvtára, a Balassi Bálint Megyei Könyvtár szolgáltató helye.



A közelmúltban az Általános Iskola épületéből, ahol eddig működött, átköltöztünk a Községi Ház Kistermébe. (3043 Egyházasdengeleg, Rákóczi út 72.) Otthonosabb, családiasabb lett a könyvtár hangulata, olvasóinkat rendezett, esztétikus környezetben tudjuk fogadni.



Könyvtári programjaink az olvasáskultúra fejlesztésének, az olvasás népszerűsítésének jegyében zajlanak, biztosítják a gyermek és ifjúsági korosztály, a felnőtt lakosság kulturális szolgáltatásokhoz való egyenlő esélyű hozzáférését. Fontosnak tartjuk, hogy minél színesebb kínálatot tudjunk nyújtani, ezért kiemelt figyelmet fordítunk az új könyvek, folyóiratok folyamatos beszerzésére. Különböző foglalkozásokkal, rendezvényekkel, könyvbemutatókkal szeretnénk kedveskedni látogatóinknak, akik között az óvodásoktól a nyugdíjasokig minden korosztály megtalálható. A KSZR- programokat évről-évre örömmel fogadjuk, igyekszünk minden helybéli számára változatos előadásokat igényelni.



Szeretettel hívunk, várunk mindenkit megújult könyvtárunkba, melynek nyitva tartása:

**Csütörtök
Szombat**

**16-18 óra
13-17 óra**

Zsuzsa Jánosné

Javallat

Kedves Betegeim, s minden Dengelegi!

Nem tudom, hogy Önök hogyan éreznek, de én nagyon elgondolkodtam, és el vagyok keseredve az elmúlt egy - másfél hónap története miatt. Csupa fiatal, nyugdíjas kort be nem töltő lakos távozott közülünk. Nem kevesen, akiknek még mind közöttünk volna a helyük.

Elgondolkodtam, hogy mennyit is ér a mi munkánk, mennyiben tudjuk mi, egészségügyi dolgozók befolyásolni az Önök sorsát. Sajnos - mint a közelmúlt szomorú példái mutatják- kevésbé. Csatlakozhatunk mi bármilyen szűrő, megelőző programhoz, rendezhetünk egészség napot, lehetünk ott aktívan a falunapokon, jöhet helybe dietetikus, pszichológus, gyógytornász, írhatják a vérnyomásukat, vércukrukot lelkesen a naplójukba. Küldhetjük gondozott betegeinket évente sok helyre ellenőrzésre, akkor is **mindösszesen maximum 10 %-ban tudjuk mi befolyásolni az Önök egészségét.** A maradék 90 % az bizony tőlünk független, általunk nem befolyásolható tényező. Vagyis **9 szer nagyobb hatása van az önök életkilátásaira saját életmódjuknak. (étkezési szokásaiknak-túlsúly, élvezeti szokásaiknak-alkohol, dohányzásuknak és kábítószeres használatának, illetve a mozgásszegény életmód-nak.) Alapvetően ezek az alapjai minden korai halálnak.**

Hogy miért?- Mert ők a felelősek a szív-és érrendszeri, anyagcsere, daganatos és légúti krónikus betegségeink kialakulásáért. Ráadásul - nyugodtan bevallhatjuk,- a magyar egészségügy katasztrofális ember hiánya miatt nyúlnak a kivizsgálási idők, és sok esetben mire a diagnózis megszületik, már késő. Épp ezért létfontosságú volna, hogy mindenki óvja saját és szerettei egészségét. Szerencsés lenne, ha a ma Dengelegi gyermekei úgy nőnének fel, hogy ismerik a hosszú élethez vezető utat.

Vagyis például szüleik reggelente csomagolnának nekik uzsonnát, mellé vizet, s nem pénzt kapnának, amin chipset és energia italt vásárolnak maguknak a boltban. Hétfévente pedig lehet a Mátrába venni az útirányt a TESCO és a budapesti bevásárló központok helyett.

Még két példa arra, hogy mennyire nem használjuk ki a helyben adódó lehetőségeket sem:

- Egyrészt a szabadidős edzőpark mindig pang az ürességtől, hasonlóan az ipari park aszfaltja. Utóbbin kisgyermekkel kerékpározni, minden korosztálynak görkorcsolyázni és kocogni lehetne. A szabadidős edzőparkban pedig minden porcikánk átmozgatására alkalmas gépek rozsdásodnak kihasználatlanul.

- Másrészt a kéthetente, minden hó első és 3. szerdáján 17 órai kezdettel a pásztói kórház vezető gyógytornásza által a művelődési házban tartott ingyenes átmozgató gyógytornájára is úgy kell minden alkalommal összeszedni azt a MINDÖSSZESSEN CSAK 10 fő körüli létszámot, aminek minimum négyszeresének kellene lennie.

Sajnos a közgondolkodás még mindig csak ott tart, hogy az orvos azért van, hogy meggyógyítson, ha beteg vagyok. Ez az élet nagy tévedése. Mi, háziorvosok, ismerve Önöket, családjukat, követve életüket ELSŐ SORBAN azért lennénk, hogy ÉLETMÓD TANÁCSOKAT adjunk a MÉG EGÉSZSÉGESEKNEK, hogy azok is maradjanak, s küldjük őket szűrővizsgálatra, vagy szűrjünk helyben. Sajnos az életmód betegségek nem gyógyíthatók, csak gyógyszerekkel lassítható a lefolyásuk. Vagyis ha már egyszer megjelennek, élethossziglan gyógyszereszedést, orvoshoz járást és csökkent életkilátásokat okoznak.

A nátha pedig magától gyógyul - s a legtöbb hozzánk forduló páciens annak a meggyógyítását várja el tőlünk.

Evezzünk más vizekre:

COVID: továbbra is köztünk van, hétről hétre betegszenek meg benne - sokszor egész családok-, ám a jelenlegi törzs viszonylag enyhe lefolyású betegséget okoz.

Védőoltás:

Hamarosan hozzáférhető lesz az omikron (jelenlegi fertőzések zömét okozó törzs) elleni oltás 12 éven felülieknek, kizárólag emlékeztető oltás formájában. Javaslom mindenkinek, aki még csak 1, vagy 2 védőoltásban részesült, illetve a 3x oltottak közül mindazoknak, akik az idén nem kapták el a betegséget! Salgótarjánban működik oltópont kedden és pénteken, 8-18 óráig, de érdemes előtte telefonon érdeklődni, hogy nyitva vannak-e, s van-e a kívánt oltóanyag.

Helyettesítés:

2022 januárjától Dr Horti Roland, Palotási háziorvos lett a helyettesítő társam. Mivel a rendelőink nagyon közel találhatók egymáshoz, így helyettesítés esetén mindenki a saját rendelőjében látja el a helyettesített praxis betegeit. Hogy ne zavarjuk a saját betegek ellátását, telefonon minden esetben időpontot kell foglalni a 32/480-004 telefonszámon.

Kívánok Mindenkinek nagyon jó egészséget, szép őszt, és kérem, hogy üljenek le egy pohár tea, vagy bor mellé, olvassák el még egyszer a javallatot, rágják át minden sorát, mert az életük receptjének jelentős része benne található!

Dr Balogh Botond
házi orvos

Bemutakozás

Réthy Rozália vagyok, az Egyházasdengelegi Óvoda Új vezetője 2022. augusztus 9.-től.

2017. augusztus 1.-től a Kállói Napraforgó Óvoda és Bölcsőde vezetője voltam 2022. július 31.-ig.

1973. 04. 19.-én születtem Szászrégenben négy gyerekes család elsőszülött gyermekeként. Tanulmányaimat Szászrégenben végeztem, érettségiztem és ápolónői végzettséget szereztem.

1995-től élek Magyarországon családommal együtt. Két gyermekem van, Dorottya, és Dávid. Dorottya családos, van egy Edda nevű kislánya. Dávid 18 éves, angol informatika szakon tanul Kiskunfélegyházán a Szent Benedekbe. Mindennapjaimat Isten Hitben járom-élem, Római katolikusnak



kereszteltek a szüleim. Kállói lakos vagyok, itt élek a családommal együtt egy ideje, korábban Gödöllőn laktunk.

Tanulmányaimat Budapesten az Eötvös Loránd Tudományegyetem Tanító és Óvóképző karán folytattam ahol

2004-ben Óvodapedagógusi végzettséget, majd 2006-ban Vezető óvodapedagógusi végzettséget szereztem. Szakmámon belül az elmúlt években több területen is képeztem magam.

2018-ban a Károli Gáspár református egyetem pszichológia szakán, Képi Kifejezés pszichológusi szaktanácsadói szakon végeztem. 2021-ben Roma szakmódszertanos óvodapedagógusit. Tapasztalatokat szereztem dajka, gondozónő, óvodapedagógus, családi napközi és magánóvoda vezetésében. Az innováció jegyében magán, alapítványi és egyházi fenntartású intézményben is megfordultam tapasztalatot szerezve a működésükről. Családi napközi vezető voltam Gödöllőn, és több családi napközi szakmai szülőanyja Kistarcsán és Zuglóban.

Nagyon érdekelnek a Hallás túlérzékeny gyerekek.

Jelenleg egy kutató munkát végzek Hallásérbresztő központban,

ahol a Pataki-Kolláth féle terápián vesznek részt a gyerekek. Specifikus rajzi jegyeket kutatok az óvodapedagógus kollegáink segítségére, hogy minél fiatalabb gyerekeknek is a rajzaiból kiolvassa ezt a speciális jegyeket a szülők segítségére lehessenek. A kutatásom másik célja hogy a magatartási zavarok csökkenésében, megszűnésében segít-e a terápia, és ha igen mennyi idő elteltével van ezen a területen is változás.

Bátran mondhatom, hogy a szakmám egyben a hobbim is, nagyon szeretem a gyerekeket. Szeretek tanulni, olvasni, színházba járni! Életem során volt szerencsém kipróbálni a cukrász, szakács, pincér és felszolgáló szakmákat is, rövid ideig az értékesítő és a pénzügyi, bankári szférát is. Vendéglátásban menedzseri szaktudást is szereztem, de visszatértem mindig a tanítás-nevelés területére. Itt érzem igazán jól magam.

Réthy Rozália
Óvodavezető

Labdarúgás

Labdarúgó csapatunk számára megkezdődött a bajnokság a Nógrád Megye III. nyugati csoportjában. Felemásra sikeredett a kezdés, de bízunk a minél jobb folytatásban.

A játékos keretben történt változás: Jambrich Ádám újakezdte a labdarúgást, Bíró Péter Apról, Hajdu Norbert és Fűrész Viktor Héhalomból csatlakozott a csapathoz.

Várjuk a szurkolókat jöjjenek minél többen a mérkőzésekre és buzdítsák a csapatot továbbra is ugyanúgy, mint az előző években.

Ezek után nézzük a csapat szereplését a bajnokságban a számok tükrében:

I. forduló 2022.08.28. 14.00.

Egyházasdengeleg F.E. - Tereske 6:2 (2:1)

Góllövő: Gyurik B., Szücs A., Bíró P., Jambrich Á., Liptai B., Hajdu N.

II. forduló 2022.09.04. 16.00.

Felsőpetény - Egyházasdengeleg F.E. 6:0 (4:0)

HAJRÁ DENGELEG!

Berkes Balázs
polgármester

DENGELEG

Egyházasdengeleg Község Önkormányzata tájékoztatója. *Kiadja: Egyházasdengeleg Község Önkormányzata*
☎ 3043 Egyházasdengeleg, Rákóczi út 79., ☎ 32/587-025; <http://www.dengeleg.hu/>; E-mail: hivatal@dengeleg.hu,
Felelős kiadó: Berkes Balázs polgármester