

ISTEN JÖTT EL HOZZÁNK

Karácsony ünnepére készülünk. Várjuk Jézus Krisztus születését, várjuk, hogy az ő születésének öröme töltsse el a szívünket és egész életünket. Keresztény hívő emberként megértettük, hogy az Ő megtestesülése meghívás számunkra, hogy részesedjünk abban az Isteni életben, amit Ő él örökké.

Ami azon az éjszakán történt, nem legenda. Valóban megtestesült az Isten, kisgyermekként született a megváltónk: nem vagyunk már árvák, nem vagyunk egyedül, beteljesült a prófécia: „Emmanuel: velünk az Isten”. Új korszakba léptünk: Isten nemcsak egy futó, rövid látogatásra érkezett, hanem itt maradt velünk, ahogyan János evangélista fogalmaz: „köztünk lakozott”.

Isten sokféle módon jelen van. Jelen van a teremtett világban, a Szentírásban, a szentségekben, az egyház közösségében, a másik emberben... De jelen van a betlehemi gyermekben, vagy a kereszten haldoklóban is. Meglátni, felfedezni Őt azonban csak a hit szemével lehet.

Erről eszembe jut szép karácsonyi énekünk: „Pásztorok, pásztorok örvendezve, sietnek Jézushoz Betlehembe”. Az egyszerű pásztorok ugyanis megtalálták és felismerték őt. Karácsony éjszaka mi is érezzük a késztetést, hogy mint

a pásztorok, Jézushoz siessünk. Pontosan erre van szükségünk ahhoz, hogy Istennel találkozassunk: elindulni a pásztorokkal a jó irányba, arrafelé, ahol őt megtaláljuk a rejtkehelyén.

Isten eljött hozzánk, mert tudja, hogy mi képtelenek vagyunk elérni őt a magunk erejéből. Eljött hozzánk, hogy elmondja nekünk: „Szeretlek titeket, szeretlek úgy, ahogy vagytok: szentek, bűnösök, gyöngék és elesettek, önzők és hanyagok, hívők és hitetlenek, templomba járók és templomkerülők. Én szeretetemmel akarok meghódítani benneteket.”

Isten látogatása nem hagyhat és nem is hagyott bennünket érintetlenül vagy közömbösen: válaszolnunk kell rá. A mi válaszuk az elfogadás és a viszontszeretet.

Isten többé nem egy távoli, félelmetes és szigorú kényúr. Nem, ő a mi barátunk. Nem a másik térfélen, hanem a mi oldalunkon van. A karácsony ünnepében felfedezhetjük az irgalomban gazdag Istent; azt aki előbb szeretett, aki értünk emberré lett és aki várja a válaszukat – nemcsak karácsonykor, hanem életünk minden napján!

Tamás atya

“A szívem mélyén mindig karácsony van. A szívemben rejtegetett zug, a hova visszajárok örülni, maga a karácsony.” - Szabó T. Anna

Vácrátót Község Önkormányzatának Képviselő-testülete és a Sződligeti KÖH Vácrátóti Kirendeltségének munkatársai nevében kívánunk valamennyi vácrátóti lakosnak, jó egészséget, áldott és békés karácsonyt!

*Spiegelhalter László, polgármester
Matyó Anikó, aljegyző*



8. KARÁCSONY

Mikor decemberi lapszámunkat kézben tartják, már túl leszünk a Mindenki karácsonyán. Végig követtem a mézeskalácsok készítését és tudtam, hogy 2022-ben is fantasztikus kiállításunk lesz! Köszönöm a sok csodát és az így gyűjtött adományokat mindannyiuknak!

Készülünk 2023. január 21-re, a Kocsonya Piknikünkre is, mely igazi közösségi rendezvénné nőtte ki magát. Szerencsére a rá-tótiak, kicsik és nagyok összefogása, meghozta az eredményt az elmúlt évben is. A tapasztalatok alapján évről évre nagyobb mennyiséggel készülünk a piknikre és mindig kiderül, hogy kevés. A kiszolgáló helyeken lesz készpénzes és kártyás fizetési lehetőség. Nem felejttem el amit egy kislány mondott „Ez a mi rendezvényünk, én még kicsi voltam amikor indult és velem nőtt fel!” Maradjon ez így, készüljünk rá. Készüljünk rá minél többen, közösen!

Itt a bizonyíték arra, hogy lehet és kötelességünk is Vácraátóton közösséget építeni, annak az erejét használni! Hiszen ennek az erőnek a segítségével valósítunk meg sok mindent. Ha nem lenne ilyen a közösség, akkor nem tudnánk az időseinknek és a gyermekeinknek év végén ajándékutalványt adni. (442 idős és 392 gyerek kapott idén is ajándék utalványt amit 6 helyi üzletben tudtak levásárolni.)

Az óvoda belső átalakítása a volt főzőkonyha helyén lezárult. A bölcsődei csoport kerül majd az átalakított épületszárnyba. Várhatóan januárban a gyermekek birtokba vehetik az új

helyüket. Folyamatban van a Szent István utca végére tervezett bölcsődeépítés közbeszerzése. Reményeink szerint egy sikeres közbeszerzési eljárás zárását követően jövő év első felében megkezdődhet a beruházás.

Számos kezdeményezést tettünk a Vác-Gödöllőt összekötő 2104. jelű út kapcsán gyalogátkelőhelyek létesítésére, a Széchenyi utca, a Rendezvényközpont, Petőfi tér és a Botanikus kert előtti szakaszokon, kevés sikerrel. A meglévő gyalogátkelőhely kapcsán több alkalommal is jelzés érkezett, hogy az úton közlekedők nem figyelnek a gyalogátkelőn közlekedőkre és „csak a szerencsének köszönhető”, hogy nem történt nagyobb baj. A Képviselő-testület ennek okán az „okos zebra-gyalogosvédelmi rendszer” kialakítására kíván pályázni, ami az útburkolatban elhelyezett aktív LED prizmák segítségével, villogó fényel hívja fel az autósok figyelmét az éppen áthaladó gyalogosokra.

A szokásos kérdés az év végén különösen aktuális számomra: „Ha most lenne 2014., vállalnád ismét a polgármesterséget?” A válaszom: Igen, mert egy ilyen nagyszerű közösséget szolgálni ÖRÖM! Vannak nehézségek, de továbbra is él bennem és képviselőtársaimban az, hogy a problémák azért vannak, hogy megoldjuk őket.

Itt szeretném megköszönni testületünknek, hogy továbbra is térítésmentesen dolgoznak a településért és hozzáteszem, jómagam is térítés nélkül végzem polgármesteri tevékenységemet.

Köszönöm Önöknek a támogatást, a kritikát, a rendezvényeken való aktív közreműködést és részvételt! Hajrá Vácraátót!

Spiegelhalter László, polgármester

TÁJÉKOZTATÁS A HELYI ADÓKKAL KAPCSOLATBAN

Az önkormányzati adóhatóság kivetéssel állapítja meg az építményadót, a telekadót, a magánszemély kommunális adóját. Az adókiivetés, adókiiszabás az adózó (adat)bejelentése, bevallása, illetve adatszolgáltatás alapján történik.

Az adóhatóság a fizetendő adóról, az adófizetés módjáról és idejéről, továbbá - ha törvény előírja - az adóalapról, az adómentességről vagy adókedvezményről az adatbejelentés, bevallás adatai alapján határoz. Az önkormányzati adóhatóság az adót a közhiteles nyilvántartások, továbbá az építésügyi hatóságnak az e törvény szerinti adatszolgáltatásából tudomására jutó adatok alapulvételével is megállapíthatja, ha a rendelkezésére álló adatok ismeretében a tényállás tisztázott.

Az adó megállapításához való jog annak a naptári évnek az utolsó napjától számított öt év elteltével évül el, amelyben az adóról bevallást, adatbejelentést, bejelentést kellett volna tenni, illetve bevallás, adatbejelentés, bejelentés hiányában az adót meg kellett volna fizetni.

Az adózónak az állandó jellegű helyi iparüzési tevékenysége után - ha törvény másként nem rendelkezik az adóról az adóé-

vet követő év ötödik hónap utolsó napjáig, kell az adóbevallást benyújtani.

Az adózónak az építményadóról, a telekadóról és a magánszemély kommunális adójáról az adókötelezettség keletkezését, illetve változását követő tizenöt napon belül kell adatbejelentését teljesítenie. Nem kell újabb adatbejelentést benyújtani mindaddig, ameddig az adóalany körülményeiben, az adó tárgyában nem következik be adókötelezettséget érintő változás (pld. az ingatlan értékesítése), amiről be kell benyújtani hivatalunknak egy bevallási nyomtatványt.

Kérjük az ingatlan tulajdonosokat, hogy aki még nem tett eleget a bevallási kötelezettségének, az pótolja. Ha az ingatlan szerzésétől már több mint 5 év eltelt, akkor visszamenőleg 5 évre ki kell fizetni az adót, ami egyben nagyobb terhet jelent, mintha évente fizették volna.

Adóköteles az önkormányzat illetékességi területén:

- lévő telek (telekadó)

- lévő építmények közül a lakás és a nem lakás céljára szolgáló épület, épületrész (építményadó) (az adókötelezettség az épít-

mény valamennyi helyiségére kiterjed, annak rendeltetésétől, illetőleg hasznosításától függetlenül)

- (magánszemélyek kommunális adója):

a.) lévő építmények közül a lakás és a nem lakás céljára szolgáló épület, épületrész

b.) beépítetlen belterületi földrészlet

c.) nem magánszemély tulajdonában álló lakás bérleti joga

A magánszemélyek kommunális adójával kapcsolatban már a nevéből is kiderül, hogy csak magánszemélyek fizetik a tulajdonukban, hasznélvezetükben lévő ingatlanok után. A magánszemélyek kommunális adójában 50%-os adókedvezményben részesül:

- annak a beépítetlen belterületi ingatlanak a tulajdonosa, akinek ingatlana a közművesítés és a belterület határa között van

- a közművesített területen található 10 méter szélességet el nem érő és ezért beépítésre alkalmatlan beépítetlen ingatlan tulajdonosa.

Az építményadót és a telekadót magánszemélyek és jogi személyek is fizethetik. A telekadóban és építményadóban adómentes az, az építmény, mely után az adóalany a magánszemélyek kommunális adójában adózik.

A helyi adók megfizetésének rendje:

Az adózó az állandó jellegű helyi iparüzési tevékenység utáni adóban:

- az adóelőlegét az adóév harmadik hónapjának tizenötödik napjáig, valamint kilencedik hónapjának tizenötödik napjáig fizeti meg;

- a megfizetett adóelőleg, valamint az adóévre megállapított adó pozitív különbözetét az adóévet követő év ötödik hónapjának utolsó napjáig fizeti meg, illetve a túlfizetést ettől az időponttól igényelheti vissza.

Az adózó az építményadót, telekadót, magánszemély kommunális adóját a naptári évben félévente, két egyenlő részletben - végrehajtható okirat alapján - március hónap tizenötödik napjáig, valamint szeptember hónap tizenötödik napjáig fizeti meg.

Vácraót Község Önkormányzata számlaszámait a Takarékbank Zrt. vezeti, ezért kérem az utalásoknál (a kellemetlenségek elkerülése miatt) a lenti számlaszámok használatát, mely a fizetési értesítőben is feltüntetésre kerül.

A számlaszámok első 14 számjegye egyforma, de az utolsó 3 számjegye minden számlaszámnál más, amire kérjük, hogy különösen figyeljenek.

Településünkön az alábbi helyi adónemek és a helyi adóval kapcsolatos számlaszámok kerültek bevezetésre:

Adónem, számla megnevezése	Számlaszám	Bevezetés ideje	Éves adóösszeg
Magánszemélyek kommunális adója	66000080-11099413	1992.01.01.	12.000,-Ft /adótárgy/év
Iparüzési adó	66000080-11099358	1992.01.01.	1,2 %,
Telekadó	66000080-11099406	2012.01.01.	20,-Ft / m ²
Építményadó	66000080-11099396	2012.01.01.	220,- Ft / m ²
Késedelmi pótlék számla	66000080-11099451		A helyi adók késedelmes befizetése miatt előírt pótlék befizetésére
Bírság számla	66000080-11099444		Például a bevallások nem, vagy késedelmes teljesítése miatt előírt bírság befizetésére
Egyéb bevételek beszédési számla	66000080-11099437		Például szabálysértési bírság befizetésére
Idegen bevételek elszámolási számla	66000080-11099389		Például az elmaradt csatorna bekötési díj befizetésére
Eljárási illeték	66000080-11099475		Fellebbezési illeték, vagy adó és értékbizonyítvány illeték befizetésére
Talajterhelési díj beszédési számla	66000080-11099468		A csatornára rá nem kötött ingatlanok esetén fizetendő talajterhelési díj befizetésére

ÖNKORMÁNYZATI HÍREK ANYAKÖNYVI HÍREK

2022. október 4-i ülés keretében elfogadták a szociális célú tűzifa támogatás szabályairól szóló helyi rendeletet. A pályázati időszak alatt 27 háztartás nyújtott be szociális tűzifa igényt és jutott tüzelőanyaghoz. Határozat született a Bursa Hungarica Ösztöndíjprogram 2023. évi pályázati fordulójához történő csatlakozásról. Jóváhagyták a 2022. évi költségvetési előirányzat módosítását (I. negyedév), a 2023. évi belső ellenőri tervet, az önkormányzat gyermekjóléti és gyermekvédelmi feladatainak ellátásáról szóló beszámolót. A közétkeztetésre vonatkozóan további egy évre meghosszabbították a szerződést a Vác és Vidéke Vendéglátó Kft.-vel, 2023. 08.31-ig; továbbá jóváhagyták a Mókus Óvoda-Bölcsőde 2021/2022-es nevelési évről szóló beszámolót. Délegyháza településsel a közös történelmi múlt örökségeinek ápolását szolgálva Testvértelepülési Megállapodás elfogadásáról is döntöttek a képviselők.

2022. október 25-én az Országos Bringapark Program freeride pálya megvalósítására beérkezett ajánlatokról döntött a testület, az Orbitrex-SDM Kft. ajánlatát fogadta el. A Rákospalota-Újpest-Vácrátót-Vác vasútvonal elővárosi célú fejlesztéséhez kapcsolódóan Vácrátót Helyi Építési Szabályzatának és településszerkezeti tervének módosítására vonatkozó 3 oldalú (Vácrátót Önkormányzat-M'érték Építészeti Tervező Kft.- FŐMTERV Mérnöki Tervező Zrt.) tervezési szerződés jóváhagyásáról határoztak, zárt ülés keretében a „gazdasági-kereskedelmi-szolgáltató” övezeti besorolású, Vácrátót 038/18 hrsz-ú területhez kapcsolódó fejlesztési elképzelések, szerződéstervezetek kerültek megtárgyalásra.

December 5-én jóváhagyták a 2022. évi költségvetési előirányzat módosítását (III. negyedév); az étkezési térítési díjak, az önkormányzati tulajdonú helyiségek bérleti díjainak, a közterület-használati díjak felülvizsgálatát. Határozat született ismét a szociális keret felhasználásáról, melynek köszönhetően 392 fő 0-14 év közötti gyermek 4.000.-Ft-os, 442 fő 60 év feletti 5.000.-Ft-os, 9 fő fogyatékkal élő személy 12.000.-Ft-os vásárlási utalványt kapott kézhez. A benyújtott Bursa Hungarica pályázók mindegyikének 10.000.-Ft/hó összegű támogatást ítélték meg.

Elfogadásra került a Veregyházi Kistérség társulási megállapodásának módosítása, a belső ellenőrzési feladatok ellátására irányuló megbízási szerződés. Határoztak a Nemzeti Földalapba tartozó földrészletek pályázatán történő részvételről és meghatározott földterületekre vonatkozóan az ajánlattételről.

Böjte Horváth István Munkácsy Mihály-díjra jelöléséről is támogató döntés született az I-II. világháború áldozatainak emlékére állított alkotásáért.

HÁZASSÁGKÖTÉSEK

- *Sok boldogságot kívánunk!* -

- 2022.08.19.** - Nyéki Anikó és Mészáros Balázs
2022.08.26. - Kiss Andrea és Fekete Benedek
2022.08.26. - Béres Bianka Julianna és Radnai Ádám
2022.09.17. - Grezner Mónika és Besze Tamás Szilárd
2022.10.01. - Márkus Nikoletta és Kohányi Attila
2022.10.14. - Szántó Márta Magdolna és Grezner Bence
2022.10.20. - Dányi Henrietta és Jeckel Márió Renátó
2022.11.24. - Kiss Marietta Emese és Burai Csaba

ÚJSZÜLÖTTEK

- *Gratulálunk! Jó egészséget kívánunk!* -

- 2022.07.04.** - Kislászló Zsuzsanna és Szabó Péter lánya, Szabó Gréta
2022.08.05. - Ujvári Zsuzsanna és Tóth Tamás lánya, Tóth Viktória
2022.08.21. - Schenk Lili és Sütő Norbert fia, Sütő Hunor
2022.09.14. - Kutich Melinda és Nyikos Richárd lánya, Nyikos Linda
2022.09.16. - Budai Krisztina és Mogony Zsolt fia, Mogony Ákos
2022.09.19. - Seregély Anna és Metykó Bence lánya, Metykó Hanna
2022.10.06. - Kürti Éva és Fonódi Gábor lánya, Fonódi Flóra
2022.10.19. - Dudás Bernadett és Laki Gergely lánya, Laki Villó
2022.11.01. - Sztás Nikolett és Szabó Richárd lánya, Szabó Anna Tímea
2022.11.08. - Gombos Orsolya és Zacsik Ádám lánya, Zacsik Mira
2022.11.18. - Tóth Ágnes és Martonovics László fia, Martonovics László
2022.11.19. - Németh Dorottya és Szaka Bence lánya, Szaka Borka
2022.11.19. - Benkő Tímea és Lukács Balázs fia, Lukács Lőrinc

ELHUNYTAK

- *Nyugodjanak békében!* -

- 2022.06.19.** - Helyes Tibor; élt: 41 évet
2022.08.09. - Lukács Nándorné sz.: Szabó Anna; élt 89 évet
2022.08.19. - Czinege Imréné sz.: Huszai Mária; élt: 90 évet
2022.09.20. - Bucsányi Jánosné sz.: Lukács Anna; élt: 86 évet
2022.10.04. - Ábrán Magdolna élt: 54 évet
2022.10.07. - Száraz Ferencné sz.: Princzival Rozália Veronika; élt: 73 évet
2022.10.28. - Mészáros Mária élt 60 évet

FÜTS OKOSAN! A TISZTÁBB LEVEGŐÉRT

(Forrás: futsokosankampany.hu)

A helyes lakossági tüzelés tízparancsolata:

1. Fűtési és meleg víz előállítás igényemnek és lehetőségimnek megfelelő, a lehető leginkább környezetbarát tüzelőberendezést telepítem otthonomba.
2. A tüzelőberendezést és a hozzá tartozó kéményrendszert szakember segítségével helyezem üzembe.
3. Felelős erdőgazdálkodásból származó tűzifát vásárolok.
4. A tűzifát időjárásálló tűzifatárolóban szárítom legalább 12 hónapig.
5. A tüzelőberendezést környezetbarát módon rakom meg és gyűjtöm be.
6. A tüzelés során biztosítom az égéshez szükséges levegőt
7. Gondoskodom otthonomban a megfelelő hőszigetelés kialakításáról.
8. A tüzelőanyaggal takarékoskodom, a hőmérsékletet a takarékosság figyelembe vételével állítom be.
9. Gondoskodom a tüzelőberendezés és a kémény rendszeres, szakember által történő felülvizsgálatáról és karbantartásáról.
10. Soha nem égetek hulladékot, PET-palackot, kezelt fát, bútort, bútort, színes papírt, ruhát vagy üzemanyagot.

Hova fordulhatok, ha a szomszéd „befüstölt”?

Amennyiben zavaró, irritáló, feltehetően az egészségre ártalmas légszennyezést érzékel, **első lépésként** próbálja meg a szennyezés okozóját megkeresni és **személyesen megbeszélni** a prob-

lémát. Ha a személyes megkeresés nem jár sikerrel és a káros tevékenység tovább folytatódik, **bejelentést tehet az illetékes Kormányhivatal járási (fővárosi kerületi) hivatalában, ahol panaszát a környezetvédelmi hatóságok kivizsgálják.**
<http://www.jaras.info.hu/>
<https://kormanyablak.hu/hu/kormanyablakok>
Lehetőség szerint, próbálja meg dokumentálni (fotó, videó) az esetet, illetve tanúkkal támassza alá.

A lakossági tüzelés korlátozására, tiltására vonatkozó alapvető jogszabályi rendelkezéseket megtalálja a levegő védelméről szóló 306/2010. (XII.23.) Korm. rendelet 27. §-ában az alábbiak szerint:

„27. § (1) E § rendelkezéseitől jogszabály eltérően rendelkezhet.
 (2) Hulladék nyílt téri, vagy a hulladékok égetésének feltételeit rögzítő jogszabályban foglaltaknak nem megfelelő berendezésben történő égetése, a háztartásban keletkező papírhulladék és veszélyesnek nem minősülő, kezeletlen fahulladék háztartási berendezésben történő égetése kivételével tilos. Nyílt téri hulladékégetésnek minősül, ha a hulladék – az elemi kár kivételével – bármilyen okból kigyullad.
 (3) Lábon álló növényzet, tarló és növénytermesztéssel összefüggésben keletkezett hulladék nyílt téri égetése tilos.”

A bírságtételeket a fenti Kormányrendelet 9. mellékletében, a bírsággal kapcsolatos hatósági mérlegelési jogköröket pedig a fenti Kormányrendelet 34. §-ában találják meg.

LAKOSSÁGI TÁJÉKOZTATÓK

INGYENES LAKOSSÁGI ELEKTORNIKAI HULLADÉKGYŰJTÉS

Időpont: 2023. január 23-26. (8.00-16.00 óráig)

Helyszín: 2163 Vácraót, Széchenyi út 4. (Hrsz: 94/4, régi műanyag üzem)

A begyűjtés napján mindenki elhozhatja, használaton kívüli, árammal, vagy akkumulátorral működő ÉP eszközeit, berendezéseit.

RENDSZERES PÉNZELLÁTÁSOK KIFIZETÉSI IDŐPONTJAI

A 2022. II-III. negyedéves rendszeres pénzellátások (mél-tányos ápolási díj, lakásfenntartási támogatás) kifizetésének időpontjai az alábbiakban megjelölt napokon történnek.

Hétfőn és szerdán: 9.00-14.30 óráig; pénteken: 9.00-11.30-ig.
 2023. január 04. (szerda),
 2023. február 01. (szerda),
 2023. március 01. (szerda),
 2023. április 03. (hétfő).

Lisztos játszó
Kukoricás játszó
Toldi erőpróba
Golyózó
Lyuk hátán lyuk
Útvészto
Labirintus
Mérlegelj
Malacfutam

Rátótikum
 Népi játéktár

Babzsákos móka
Csutkavár 30
Lengőteke
Bambi
Csúsztass és nyerj
Horgászverseny
Csibeleves
Karikázó
Anyatorony
Csavarozó

ELÉRHETŐSÉG:

+36 30 22 85 669, +36 30 34 37 894
 ratotikum2020@gmail.com

Iskolákba, óvodákba, fesztiválokra, rendezvényekre kitelepülést vállalunk.
 Részletek és árak iránt érdeklődj e-mailben.

ADVENTI ÉLŐ KALENDÁRIUM 2022

Az elmúlt év decemberében nagy sikert aratott az adventi ablaknyitogatás, ezért idén is 24 lelkes jelentkező várja a keresőket.

Mi is az az ablaknyitogatás?

A közösségi oldalon a Vácra tót Advent csoportban lehetett jelentkezni erre a játékra, mely kis falunk lakóinak közösségépítése, ismerkedése továbbá az ünnepekre való hangolódás a célja. December 1-24 között a játékra jelentkező 24 család titokban készül az adott napra, hogy kivilágítsa és feldíszítsa ablakát az-azal a számmal, melyet kisorsoltunk neki, de mindezt úgy, hogy csak maga a család tudja.

Azt, hogy a faluban merrefelé kell keresni az ablakot, egy aznap a Facebookra feltett pár soros versből lehet megtudni 12:00 órákor.

Az év utolsó hónapjában minden este 18:00 órákor kigyullad egy ablak fénye és végül Szenteste egyszerre világít majd mind a 24 ablak.

Jakab-Smál Orsolya, szervező



SZÜRETI FELVONULÁS ÉS VETERÁNGÉPJÁRMŰ TALÁLKOZÓ

2022. szeptember 10-én ismét Szüreti Felvonulás volt Vácra tóton, melynek, mint mindig a Művelődési Ház és a mellette található rét adott otthont.

Reggel még borús volt az idő, de az égiek velünk voltak és így kezdetét vehette a készülődés a mulatságra. A főzőversenyre érkezők állították sátraikat, a Rátótikum népi játéktár a játékait rendezte, sorban érkeztek a veterán gépjárművek, melyek regisztráció után elfoglalhatták helyüket. Eközben megérkeztek a lovasok, a lovaskocsisok is, népviseleti ruhában felöltözött gyerekek és felnőttek.

A megnyitót követően a Vácra tóti Mókus Óvoda-Bölcsőde műsorát tekinthette meg a közönség, majd Kovácsovics Fruzsina vidám zenés előadása következett. A lovaskocsikkal és a veterán traktorokkal a népviseletbe öltözött sokaság a Pálinkaháztól a buszfordulóig zenekarral vonult végig a faluban és hangosan énekelték a nótákat.

Napközben a népi játékokkal ismerkedhettek meg kicsik és nagyok. A legnagyobb kedvenc a lisztes játszó volt, ahol a búzaszemektől a liszt szitalásán át, a kenyérsütés folyamatát játszhatták el a gyerekek és a végén a „kemencében” sült meg a kiscipó.

Horgászverseny, mocsárjáró, babzsákos móka, Toldi erőpróba, csutkavár és még sok-sok izgalmas játék, valamint jónéhány szalmabálaból épült szalmajátszó állt rendelkezésre a gyerekek és felnőttek szórakoztatására.

A réten traktorra ülhetek kicsik és nagyok és kipróbálhatták a veterán járműveket. Nagy sikere volt a csikósbemutatónak, mely odavonzott szinte minden látogatót.

A főzőverseny első három helyezettjét kupával jutalmazták és minden résztvevő emléklapot kapott, aki pedig megszomjazott, frissen préselt musttal olthatta szomját.

Sok ember látogatott el idén is Vácra tóra, hogy családjával együtt eltöltsön egy kellemes napot. A segítőknek, a résztvevőknek és mindenkinek, aki hozzátett ehhez a naphoz, köszönjük szépen.

Jakab-Smál Orsolya



RÁTÓTIKUM TÁBOR - HAGYOMÁNYŐRZÉS VÁCRAÓTON



Idén második alkalommal szerveztünk napközis tábort Vácraóton. A tavalyi táboroztatás nagy sikere után, ezen a nyáron 2 hetet tölthettek el a gyerekek a Rátótikum táborában.

Szerettünk volna valami izgalmasat, valami régi időt, de egyben valami újat alkotni, ezért létrehoztuk az Akkor és Most játszó udvarunkat. A kert egyik felében a népi játékok sokasága, a másik oldalon pedig napjaink játékaival találhatók meg.

22 féle népi játékot próbálhattak ki a gyerekek. Ehhez kapott mindenki egy útlevelet, melybe a játék teljesítését követően szerezhettek egy pecsétet és aki az összes pecsétet összegyűjtötte a hét folyamán meglepetést kapott.

Az első hetet egy Állati jó táborral kezdtük és mindent az állatok köré építettünk. A kezdő napon a Botanikus kert egyik kutatója látogatott el hozzánk és tartott egy fantasztikus előadást a rovarokról. Második nap ellátogattunk egy mini állatkertbe itt Vácraóton, harmadik nap pedig traktorral aratni mentünk a hátrába, negyedik nap egy kutyás bemutató nézői lehettünk és ezen a napon még testközelből figyelhettük meg azt is, hogy hogyan történik egy lópatkolás. Végül spontán színházi előadást tartottak a nagyok és kerti mozival zártuk a hetet.

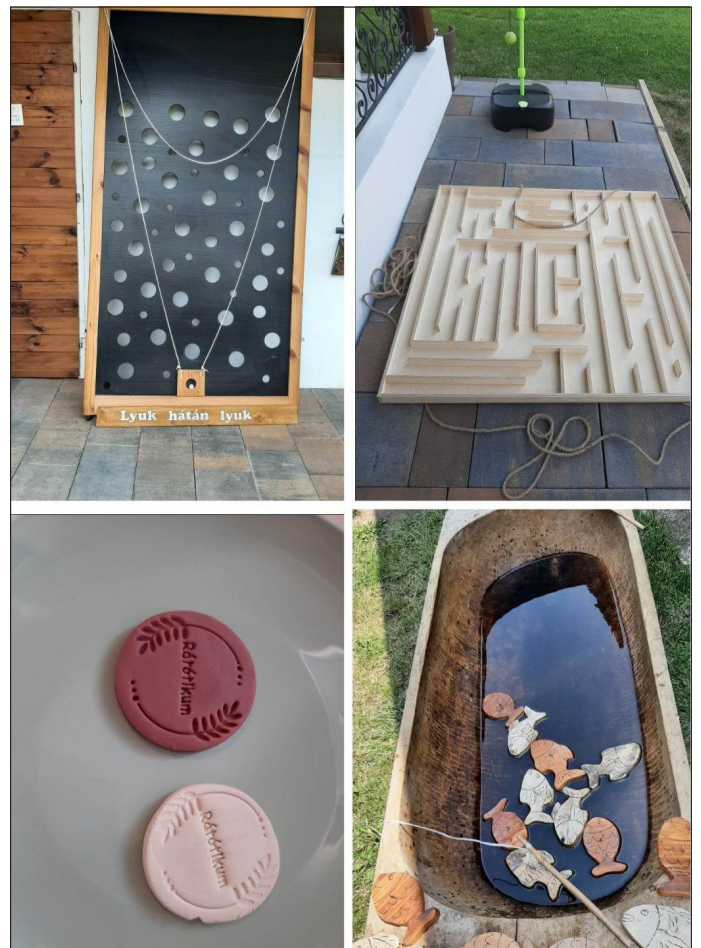
Szabad perceinkben kézműveskedtünk. Agyagból madarakat készítettünk, madáretetőt dekoráltunk, fűfejet és fűsünit alkotunk és egész héten a tábor állati cucci lakóiról, nyuszikról és csibékről gondoskodtunk. A második héten egy Kézműves tábor került megszervezésre.

A hét Tündérgert készítésével indult, mely során mindenki elkészíthette saját kis minibirodalmát. Másnap pólókat batikoltunk, süttöttünk mézeskalácsot és traktorral elmentünk az Öregerdőbe számháborúzni. A hét közepén madarokról tartott nekünk előadást egy erdélyi lány és párja, csütörtökön pedig egy fiatal házaspár a fafaragás és a nemezelés rejtelmébe avatott be bennünket. A második hetet fonással, gyöngyfüzéssel, valamint kertmozival és pattogatott kukoricával zártuk.

Ezúton is szeretném megköszönni mindenkinek a sok segítséget a programok lebonyolításában.

Összességében sok-sok élménnyel gazdagodva mosolygós arccal távoztak a gyerekek tőlünk azzal, hogy jövőre újra látjuk egymást. Szeptemberben picit újra elővettük népi játékaikat és a lisztes játszóval kiegészítve a Vácraóti Születi Felvonuláson is vidámságot csaltunk a gyerekek és a felnőttek arcára egyaránt. Ezután meghívást kaptunk Budapestre a Nemzeti Vágtára is és az Andrassy úton bemutathattuk nagyobb közönség előtt is játékaik egy részét, mely nagy sikert aratott. Jövő nyáron 3 féle tematikájú tábor biztosan lesz...de lehet, hogy 4.

Jakab-Smál Orsolya, szervező





ERDÉLYBEN JÁRTAK A VÁCRÁTÓTI PETŐFI SÁNDOR ÁLTALÁNOS ISKOLA 7. OSZTÁLYOS TANULÓI



HATÁRTALANUL

A Határtalanul program keretében a 2021-2022. tanév tavaszán a 7. osztály öt napot töltött Erdélyben 2022. április 23–27. között. A kiránduláson 25 diák és 3 kísérő tanár vehetett részt a Miniszterelnökség Nemzetpolitikai Államtitkársága és a Bethlen Gábor Alapkezelő ZRT. nyertes pályázatának köszönhetően. Az utazást az iskola a Kárpateurópa Utazási Iroda közreműködésével valósította meg.

Tanulóink a közösségépítő programok mellett megismerkedhettek Erdély kultúrájával, történelmével, földrajzával; találkoztak külföldi magyar diákokkal.

Első nap Bánffyhunyadon jártak, majd Kolozsvár belvárosában tettek rövid sétát, megtekintették Fadrusz János híres alkotását, a Mátyás-szobrot, a Szent Mihály templomot, valamint Mátyás király és Bocskai István szülőházához is ellátogattak. A nap végén érkeztek meg első szállásukra, Torockóra.

A **második napon** Torockón korán reggel megcsodálták a híres napfelkeltét, majd megnézték a falumúzeumot, ahol a helyi történelemmel, szokásokkal, népviselettel ismerkedhettek meg, ezután rövid sétát tettek az Europa Nostra-díjas házak között. Ezt követte egy túra a Tordai-hasadéokban, majd a Tordai sóbányát csodálták meg. A nap második részében ellátogattak a marosvásárhelyi Kultúrpalotába, és Szovátán a Medve-tónál is jutott még idő egy rövid sétára. Végül megérkeztek új szálláshelyükre Zetelakára.

A **harmadik napot** hógolyózással kezdték a Madarasi Hargitán, majd Székelyudvarhely belvárosával ismerkedtek meg. Ezután Farkaslakán meglátogatták Tamási Áron szülőházát, megko-

szorúzták sírját, majd Szejkézfürdőn Orbán Balázs sírjánál tették tiszteletüket.

A kirándulás **negyedik napja** Csíkszeredában indult, ahol a program keretében a csíkszeredai Nagy Imre Általános Iskolát látogatták meg, az együttműködés keretében magyar nyelvű könyveket vittek az iskolának. A kirándulás alkalmával az igazgató, Dávid Zoltán mesélt a gyerekeknek arról, hogy milyen tantárgyakat tanulnak az erdélyi diákok, hogyan osztyáloznak, hogyan alakul ott a napirend stb. A romániai tavaszi szünet ellenére tanulóinknak lehetősége nyílt helyi diákokkal találkozni, és közösen sportolni, beszélgetni velük. Ezután Csíksomlyóra látogattak, majd ismét túra következett a Békás-szorosban. A Gyilkos-tó után Gyergyószentmiklós városát ismerhették meg. Ekkor jártak legközelebb az ezeréves határhoz, melynek meglátogatására sajnos már nem maradt idő.

Az **utolsó nap** főként a hazaúttal telt, megálltak Korondon, majd Nagyváradon a püspöki palotába is eljutottak, ahol megnézték Szent László hermáját, végül a székesegyházat, ahol koszorút helyeztek el. Az élményekkel teli öt nap után este érkeztek meg Vácrátóra.

2022. június 3-án a Nemzeti összetartozás napján a diákok rádióműsorral készültek, ahol beszámoltak az utazásukról az iskola többi tanulójának, fotókon megmutatták Erdély természeti kincseit, kulturális értékeit, valamint beszámoltak legkedvesebb élményeikről is.

Hálásak vagyunk a támogatásért, nagy öröm számunkra, hogy tanulóink átélhették ezeket a csodás élményeket. Bízunk benne, hogy az út emlékezetes marad számukra!



MÉZESKALÁCS MŰHELY ÉS KARÁCSONYI KÉSZÜLŐDÉS



"A TV-ben látott riport hatására kitaró nyomozás után talált meg minket, a 80 éves Kovalikné Marika a "mézes műhelyünkben" és felajánlotta segítségét.

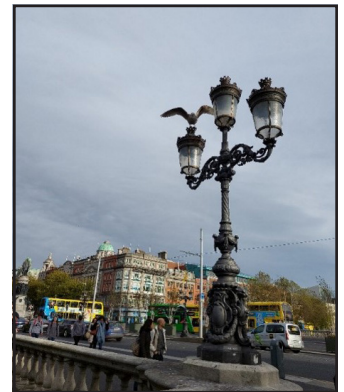
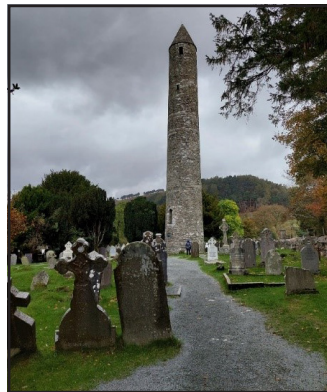
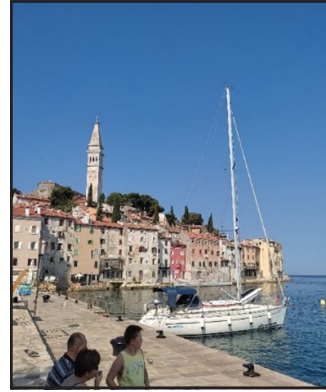
Kétszer jött el hozzánk Budapestről és korát meghazudtolva együtt díszítette velünk a mézeskalácsokat. Szívből köszönjük!"

A gyermekétkeztetési intézményi térítési díjtételek 2023.01.01.-től

Ezúton tájékoztatjuk Önöket, hogy a Szolgáltató által 2022.05.01. napjával végrehajtott díjemelkedést 2022.12.31. napjáig az Önkormányzat finanszírozta. Tekintettel a központi megszorításokra a Képviselő-testület úgy döntött, hogy térítési díjemelést hajt végre úgy, hogy a szülőkre továbbra sem terheli a teljes nyersanyagnormát, hanem annak bölcsődések esetében 43%-át, óvodások esetében 49%-át, iskolások esetében 40%-át, a különbözetet a továbbiakban is hozzáteszi.

Megnevezés	Nettó ár (Ft)	ÁFA (Ft)	Bruttó ár (Ft) Térítési díj, amit a szülő fizet	Teljes nyersanyag norma (bruttó)	Amit az Önkormányzat fizet a szolgáltatóknak
Bölcsődei 4x-i étkezés	520	140	660	780	1220
Óvodás 3x-i étkezés	539	146	685	805	1265
Iskolás tízórai	126	34	160	190	255
Iskolás ebéd	327	88	415	485	825
Iskolás uzsonna	110	30	140	160	210
Iskolás 3x-i étkezés	563	152	715	835	1290

ERASMUS+ KÉPZÉSEN A VÁCRA TÓTI PETŐFI SÁNDOR ÁLTALÁNOS ISKOLA PEDAGÓGUSAI



A Vácra tóti Petőfi Sándor Általános Iskola Erasmus + projektje: „21. századi nevelési készségek elsajátítása és fejlesztése, innovatív tanítási módszerek bevezetése” címmel zajlott a nyáron és még zajlik jelenleg is. 2022-2023-ban a Tempus Közalapítvány pályázatának köszönhetően 18 hónap alatt 8 pedagógus kapott-kap lehetőséget, hogy ismereteit gazdagíthassa.

Négyen közülük 2022. július 10.-16. között a horvát tengerparton fekvő mesés helyszínre, Rovinjba utazhattak különböző képzésekre: „Varázsold elő tanítványaidból a talentumot!”, „Vonások és fogások - Az írás és fogalmazás tanításának jelentősége az anyanyelv tanításában”, „CLIL: discovering the world through English”, „Tanulói Önállóság” - Learner Autonomy”;

Nagy izgalommal készülődünk az útra, a tanártovábbképzés programjaira. A horvátországi képzések szervezője a JUTAKI BT. – Hungary Expert for Teachers volt, a program helyét egy modern iskola biztosította Rovinj óvárosában, kellemes, tágas és jól felszerelt termekkel.

Mint a rendes diákok, egy héten keresztül jártunk „iskolába”, délutánonként és esténként ismerkedtünk az elképesztő szépségű városkával, a környék csodálatos látnivalóiban gyönyörködhetünk, rengeteget sétáltunk a labirintusszerű óvárosban. Magával ragadó szűk kis utcák, pezsgő élet, színes, díszes lakóépületek, fényesre koptatott macskaköves utcák kápráztattak el nap, mint nap. Sokat tanultunk a hét folyamán, meggyőződésünk, hogy nevelő-oktató munkánk során a tanultakat kamatoztathatjuk. Kiváló csapat szerveződött össze ezekre a kurzusokra, nagyon vidám hangulatban hajóúttal zártuk az egy hetes programot, és

többen is megfogalmaztuk, hogy szívesen folytatnánk a tanulást: **Babóné Székely Zsófia, Czimmermann Judit, Kocsis-Deme Ildikó, Viszusné Jaksics Judit.** Stefán Ildikó Eszter kollégánk spanyolországi képzése sajnos „vismaior” helyzet miatt nem valósulhatott meg.

Szászné Süle Annamária, aki aktív részese volt a pályázat kidolgozásának „Project-Based Learning” képzésen járt Reykjavíkban 2022. augusztus 21-27. között, ahol élete egyik legkülönlegesebb élményét élhette át: vulkánok, gejzírek, vízesések, forró fürdők, fénytűnemény, óceán és bálnák közelében. Az angol nyelven meghirdetett tanfolyam, melyet a spanyol PMS Erasmus Plus iskola szervezett, tökéletesen illeszkedett iskolánk célul kitűzött fejlesztendő területéhez. A projekt alapú oktatás elméletén kívül első sorban a helyes hozzáállást, együttműködést, helyes kommunikációt tanulták játékos gyakorlatokon keresztül. Különös gondot fordítottak a kritikai gondolkodásra, a tanfolyam része volt az eTwinning platformmal való ismerkedés is.

Az Erasmus + projekt keretében **Dr. Gaál-Klippel Rita** 2022. november 1–4. között 20 órás angol nyelvtanfolyamon vett részt Dublinban. A tanfolyamon nemcsak nyelvtudását fejleszthette, hanem módszertani szempontból is sokat profitált, togoi, brazil, mexikói, mongol, francia és olasz emberekkel dolgozhatott együtt. Az angol nyelvtanfolyam mellett lehetősége nyílt megismerni Dublin városát, valamint délutánonként a gyakorlatban is használhatta az angol nyelvet. Dublinon kívül Glendalough városába is ellátogathatott, ahol a csodálatos természeti értékek mellett az ősi kelta kultúrába is betekintést nyerhetett.

SZEPTEMBER, BER, BER, BER - GYÜMÖLCSÖT HOZ JÓ EMBER...



Az óvodások egyik kedvelt programja az óvodában a szüret és az ehhez kapcsolódó tevékenységek. Így aztán elmaradhatatlan esemény volt az idén ősszel is, ezzel ápolva településünk hagyományát. A gyerekekkel szemeztettük, tapostuk, daráltuk a szőlőt, majd a munkánk jól megérdemelt jutalmaként musttal koccintottunk. A must mellé persze a falu kemencéjében sült pogácsát majszoltunk, amit a nagyokkal készítettünk, szintén a helyi hagyományokhoz híven.

Nem maradhatott el a vigadalom sem, hiszen mi mással koronázhattuk volna meg ezt a dolgozó hetet, mint egy jó hangulatú táncszalaggal. Táncra perdült kicsi és nagy, amikor az óvoda falai közt felcsendült a népzene.

Szabadi- Bíró Eszter



MOBILITÁS HETE



Minden évben megrendezésre kerül a Mobilitás hete, mely Európa legnagyobb közlekedéssel összefüggő környezetvédelmi kampánya. Idén 2022. szeptember 16- 22 között zajlott.

Ennek célja a tiszta és fenntartható, környezetbarát közlekedés népszerűsítése. Már óvodás korban érdemes a gyermekek figyelmét is felhívni a környezetünk védelmére, környezetszennyező anyagok káros hatására.

Ezen a napokon kiemelt figyelmet fordítottunk a Vácra Tót Mókusz Óvodában az alternatív közlekedési eszközökre, környezetvédelemre. Igyekeztünk tudás- élmény alapú programokat szervezni számukra. Az egyik napra kértük, hogy, aki teheti biciklivel, rollerrel, műanyag motorral vagy futóbiciklivel érkezzen az óvodába. A nagycsoportosok a saját eszközeikkel ellátot-



gattak és kipróbálták a sportpálya melletti Bringa parkot. A kisebbek az óvoda udvarán vagy környékén gyakorolták és népszerűsítették az autómentes közlekedést.

Rajzpályázatot is hirdettünk az óvodán belül, a környezettudatos közlekedéssel kapcsolatban, melyre szebbnél- szebb alkotások készültek. Minden elkészült munkát apróbb tárgyi jutalommal díjaztunk.

A hét utolsó napján az iskola udvarán berendezett gokart pályát is kipróbálhatták az óvodás gyermekek. Fontosnak tartjuk ezeket a kiemelt napokat, de még fontosabb, hogy az év többi napján is odafigyeljünk a környezetünkre!

Fogarasi Krisztina, óvodapedagógus

MÓKUSBÚCSÚZTATÓ NAPOK AZ ÓVODÁBAN



A Vácraióti Mókus Óvoda és Bölcsöde idén is elköszönt a Vácraióti Botanikuskert és az óvoda mókusaitól. Ez a programsorozat „mókusbúcsúztató napok” október első hetében valósult meg. A hét tematikája az „erdei állatok öszsel” volt. Az állatok megszerettetését és védelmezését élményeken alapuló tapasztalatszerzés útján lehet a legjobban elmélyíteni a gyermekekben.

Az intézménybe járó kisgyermekcsoportjakkal ellátogattak a Botanikuskertbe, ahol megcsodálták az öszzi tájat, leveleket, mogyorót, diót, gesztenyét gyűjtöttek, a mókusokat pedig közvetlen környezetükből megfigyelhették, mely számukra maradandó



élmény és tapasztalatszerzés volt. A pedagógusok külső helyszínen tartották meg csoportjuknak környezeti tevékenységüket, mely magával ragadott minden gyermeket, kicsit és nagyot egyaránt. Miután mindenki elköszönt a mókusoktól, másnap az óvodában a programsorozat lezárásaként előadtak a pedagógusok egy mesét, melynek címe „Az elveszett mogyoró” volt. Az előadást követően minden csoport kapott egy kosár diót, amit az óvoda fáján lévő mókusetetőkbe közösen beletettek, ezzel is segítve a mókusok télre való gyűjtögetését.

Dr. Menyhártné Joó Naomi, óvodapedagógus

ADVENTI HANGOLÓDÁS ÉS KARÁCSONY A VÁC RÁTÓTI MÓKUS ÓVODA ÉS BÖLCSÖDÉBEN

„Adventi hírnök, friss fenyőág...”- énekelgette, dúdolta az óvoda apraja és nagyja, miközben a kis szorgalmas kezeccskék szívük minden szeretetét is felhasználva szebbnél-szebb adventi portékák készítésével foglalatoskodtak, melyeket a szülők nagy büszkén vittek haza az ünnepváró otthonaikba.

Óvodánk minden apró zugába befészkelte magát az izgalommal teli várakozás, a szebbnél szebb díszek, dekorációk szemünket és szívünket is gyönyörködtették. Az idei évben sem maradhatott el a csoportonkénti mézeskalács sütés; finom, fűszeres „karácsonyillatban” karácsonyi dalokat énekelve, hallgatva várásolódunk el az adventben. December 10-én a községi Mindenki Karácsonyán az óvoda és bölcsöde dolgozói lelkesen ké-

szítették a finomabbnál finomabb falatokat és italokat, a gyermekprogramok pedig sok kisgyermek napját tették színesebbé, boldogabbá.

Az angyalok egy reggelre gyönyörű fénybe és pompás díszekbe öltöztetett karácsonyfákat csempésztek minden egyes csoportba, mely alá aztán a Csiga csoportosok megható és nagyon jól sikerült ünnepi műsorát követően természetesen a sok-sok jól megérdemelt ajándék is megérkezett. A sok szép, új játék lenyűgözte a gyermekeket, mindenki talált kedvére való, érdekes, szórakoztató játékot. Ragyogtak a gyermekszemek, mosollyal és kacagással telt meg az egész épület.

Kosikné Kozma Szabina, óvodapedagógus

MIKULÁSVÁRÁS A BÖLCSÖDÉBEN!

Idén is ellátogatott hozzánk a Mikulás. A gyerekek izgatottan várták őt, hisz jó ideje készültünk már a látogatására. Mikulásos dalokat tanultunk, róla szóló mesét olvastunk és csizmát is készítettünk a gyerekekkel együtt. A várva várt nap reggelén a gyerekek nagyon izgatottan fogyasztották el a reggelijüket és az ablakban kukucskálva várták, hogy mikor érkezik meg hozzánk a Téliapó. Csengő szó hallatszott és a gyerekek odaadó figyelem-

mel nézték, ahogy a Mikulás bácsi belép a csoportszobába és feléjük közelít. Közösen elénekeltük neki a tanult dalokat, majd a gyerekeknek átadta a földi jóval megtöltött csomagokat. A bátrak az ölébe is beültek. A gyerekek szeme és tekintete mindent elárult, idén is sikerült nekik nagy meglepetést okozni.

Galbos-Págyor Barbara, kisgyermeknevelő

MIKULÁS AZ OVIBAN



„Gyermekkorunk jelei ott maradnak életünk helyszínein, ahogy a virág illata is ott marad a szobában, amit díszített”
Chateaubriand

A decembert „Álom havának” is hívják, ami nem véletlen, hisz a gyermekek számára maga a varázslat. December az áhított ajándékokról szóló álmodozást is jelenti. Az adventi időszak az év egyik legszebb időszaka, teli várakozással és készülődéssel. A vácrátóti óvodások is várták az ünnepi időszak első állomását, a Mikulást. Lelkesen készültek a különféle rajzokkal és ajándé-

kokkal Mikulás számára. Szorgos kezek alól kerültek ki a kicsizmák, Mikulást ábrázoló díszek, rajzok, melyekkel feldíszítettük az óvodánkat. Minden csoport apraja-nagyja átélhette az ünnepi várakozás örömét, miközben folyt a készülődés. A csoportok versekkel, dalokkal kedveskedtek és remélték a várva várt piros csomagot. A gyermekekkel már nagyon vártuk, hogy idén a havat is magával hozza, így öltöztetve ünnepi díszbe lelkesünket is. Kívánjuk, hogy a december az „Álom hava” legyen mindenki számára!

Barsi Katalin, óvodapedagógus

TÁJÉKOZTATÁS AZ ISKOLAKEZDÉS HALASZTÁSÁVAL KAPCSOLATOSAN

A gyermek abban az évben válik tankötelessé, amelynek augusztus 31. napjáig betölti a hatodik életévét. a tankötelessé válás tehát független attól, hogy a gyermek milyen óvodai csoportba jár és attól is, hogy korábban hány évig részesült óvodai nevelésben.

A tankötelezettség megkezdésének halasztását és a korábbi iskolakezdést az Oktatási Hivatal engedélyezi. A vonatkozó kérelmeket a szülő vagy a gyám a 2023/2024. tanévre nézve a nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvény 45.-a alapján legkésőbb az 2023. január 18. napjáig az Oktatási Hivatalhoz nyújthatja be. A javasolt kérelem űrlap 2023. január 1. és 18. között lesz elérhető a www.okatas.hu oldalon. Az eljárás ügyintézési határideje ötven nap.

A pedagógiai szakszolgálati intézmények működéséről szóló 15/2013. Emmi rendelete alapján abban az esetben, ha: az SNI-s. vagy BTMN-es a gyermek adott tanév szeptember 1. és január 18. napja között elvégzett vizsgálatoknál (az 5. életévüket betöltött, de 6 évesnél fiatalabb esetében) kiállított Szakértői véleményben a Pedagógiai Szakszolgálat Szakértői Bizottsága további 1 év óvodai nevelésre tesz javaslatot, a szülőnek nem kell kérelmet benyújtania az Oktatási Hivatalhoz.

Önmagában az SNI/ BTMN státusz nem alapozza meg a tankötelezettség megkezdésének halasztását, ehhez a Szakértői véleménynek tételesen tartalmaznia kell a további egy év-2023/2024. nevelési évre vonatkozó- óvodai nevelésről szóló javaslatot is. Amennyiben a Pedagógiai Szakszolgálat bármilyen okból kifolyólag nem vizsgálja meg az SNI/BTMN-es gyermeket, vagy nem zárul le a kérelem benyújtására nyitva álló határidő végéig (2023. január 18.) és a szülő szeretné, hogy a gyermeke további egy évig óvodai nevelésben részesüljön, be kell nyújtania a kérelmet az Oktatási Hivatalhoz.

A kérelmet be lehet postai úton is nyújtani a következő címre: Oktatási Hivatal, Budapest 1982. A kérelemhez nem kötelező mellékletet csatolni, de azonban bármilyen dokumentummal alátámaszthatja a kérelemben foglaltakat (szakorvosi igazolás, pedagógiai vélemény).

A hivatal a döntését a szülővel határozat formájában közli, a határozat kötelező érvényű, a szülő utólagosan nem kérheti a Hivatal döntésének megváltoztatását, visszavonását. Amennyiben az eljárással kapcsolatban kérése merül fel bárkinek az óvoda kollégái készséggel állnak rendelkezésükre.

Bertók Lászlóné, intézményvezető

A KÖZSÉGI KÖNYVTÁR HÍREI



A 2022. évi Országos Könyvtári Napok alkalmából két alkalommal volt rendezvényünk itt a könyvtárban.

Elsőként Tormási Attila, azaz Ribizli bohóc jött el az első és második osztályos tanulókhöz megzenésített verseivel, vicces mondókáival. A gyerekek örömmel segédkeztek az előadónak és reagáltak a kérdéseire, énekeltek vele, nagyokat kacagtak és figyelték minden mozdulatát. Nem csak a gyerekek élvezték a műsort, hanem a felnőttek is. Következő napon „Pihentető pillanatok” címmel, kreatív napunk is volt, ahol mandalákat és egyéb természeti képeket színezték a gyerekek, illetve társasozhattak is.

Októberben Sohonyai Edit író tartott a 7. osztálynak interaktív önismereti foglalkozást „Segítség, kamasz lettem” címmel. Előadása során mindig a humor eszközével igyekszik a fiataloknak segíteni különböző problémákat feltárni. Ez alkalommal a testnyelvi jelek felismerése volt a téma.

Ebben az évben is sok-sok új könyv került a polcokra és a baba sarokban pedig egyre több játék várja a kicsiket. Sokan érdeklődnek, hozhatnak e könyvtárunkba olyan könyveket, melyek már nem szükségesek otthon. Köszönjük a felajánlást, de sajnos nem tudjuk hova tenni, küzdünk a helyhiánnyal. Folyamatosan új könyvekkel bővítjük az állományt az igények alapján, a nagyon régi könyveket leselejtezzük, illetve dobozokban raktározzuk.

Javasolni tudom az antikváriumot, idősotthonokat, gyermekotthonokat, illetve találkoztam olyan Alapítvánnyal is, amely nagyon örült a nekik adományozott könyveknek.

A nyáron megjelent Vácrátóti Hírmondóban már bemutattam könyvtárunkat az új lakóknak, új olvasóinknak, ebből néhány fontosabbat megismételnék.

A beiratkozás könyvtárunkba **INGYENES**. A könyvtárostól kapott beiratkozási nyomtatvány kitöltése után az olvasó kap egy olvasókártyát, amivel kölcsönözhet a továbbiakban. A fel-

nőttek 6 db, a gyermekek 4 db könyvet, hangskönyvet vihetnek el egyszerre. A kölcsönzés határideje 1 hónap, melyet meg lehet hosszabbítani két alkalommal 2-2 héttel. Előjegyzés is kérhető olyan dokumentumokra, melyek éppen kölcsönzésben vannak.

Elérhetőségeink:

A Hamvas Béla Pest Megyei Könyvtár oldalán az összes kistélepusi könyvtár információi megtalálhatóak.

<http://kistelepulesek.hbpmk.hu/>

Online keresés az állományunkban szintén ezen az oldalon lehetséges. Bal oldalon a zöld keretbe kell a község nevét beírni, majd a felső sávban az online katalógusra kattintani.

http://kistelepulesek.hbpmk.hu/kistersegi_kezdoalap/14

A friss információkat a „Községi Könyvtár Vácrátót” Facebook oldalán lehet követni. Lehet érdeklődni Messengeren és Email címünkön is.

Címünk: 2163 Vácrátót, Petőfi tér 6.

Telefonszám: +36/ 70 492 8368

Email: vacratot.konyvtar@gmail.com

Nyitvatartás:

Hétfő: 12:00-17:00

Kedd, péntek: 8:00-13:00

Szerda, csütörtök 11:00-16:00

A Községi Könyvtár az ünnepek között az alábbiak szerint lesz zárva!

Utolsó nyitvatartási nap:

2022. december 21. (szerda)

Első nyitvatartási nap:

2022. január 2. (hétfő)

Kívánok minden kedves olvasónak áldott, békés Karácsonyi ünnepet és sikerekben gazdag boldog új esztendő!

Dalváriné Ádám Judit, könyvtáros

VÁC RÁTÓT - KOMMUNÁLIS, HÁZHOZ MENŐ CSOMAGOLÁSI (SZELEKTÍV) ÉS ZÖLDHULLADÉK 2023. I. FÉLÉVI SZÁLLÍTÁSI REND

Társaságunk az alábbiakban tájékoztatja Önt a kommunális, az újrahasznosítható csomagolási (szelektív), és a zöldhulladék gyűjtéséről. Együttműködésüket ezúton is köszönjük!



A kommunális hulladékszállítás HÉTFŐI napokon történik!

HÁZHOZ MENŐ ZÖLDHULLADÉK GYŰJTÉS 2023.		
Április	Május	Június
17	15	12

Fenyőgyűjtés: Január 17. és 31.

A kertgondozás során levágott fűvet és egyéb lágyszárú növényeket, illetve a lehullott falevelet a DTkH Nonprofit Kft. által **kibocsátott zsákban**, illetve az ágnyesedéket max. 100 cm hosszú kötegekben összekötve (alkalmanként maximum 1 m³ mennyiségben), a zsák mellé helyezze ki az ingatlana elé, a közterületet nem szennyező módon.

A zöldhulladék gyűjtésére alkalmas zsákokat a honlapunkon megtalálható értékesítési helyeken lehet beszerezni bruttó 180 Ft/db egységáron.

HÁZHOZ MENŐ CSOMAGOLÁSI HULLADÉKGYŰJTÉS 2023.					
Január	Február	Március	Április	Május	Június
16	13	13	10	8	5

Szállítási gyakoriságtól függetlenül, a megadott napon, az összegyűjtött csomagolási hulladék kihelyezhető bármely átlátszó zsákban.

Kérjük, fokozott gondossággal járjanak el a hulladékok tömörítésével kapcsolatban, ezzel is csökkentve a tároláshoz szükséges hely, valamint a kihelyezésükhöz szükséges zsákok mennyiségét!

FONTOS! Az üveg (színes és színtelen öblös, üdítő, boros, pezsgős) gyűjtése kiöblítve, az üveg gyűjtőpont(ok)on történik!

HÁZHOZ MENŐ LOMTALANÍTÁS

A lomtalanítást évente (jan. – dec.) ingatlanonként **EGY** alkalommal (2m³ / alkalom mennyiségben) házhoz menő rendszerrel végezzük el, mely az 28/561-200 (4. menüpont) telefonszámon (ügyfélfogadási időben) igényelhető. A nagyobb darabos (pl. bútor) lomhulladékot kérjük, lapra szerelve, összedarabolva helyezzék ki.

cím	ügyfélfogadás	telefon	e-mail	honlap
DTkH Nonprofit Kft. 2100, Gödöllő, Dózsa György út 69.	H: 7.00 – 19.00 Cs: 8.00-16.00	28/561-200	ugyintezes@dtkh.hu	www.dtkh.hu
DTkH Nonprofit Kft. 2600, Vác, Zrínyi út 9.	H: 7.00 – 19.00 Sz: 12:00-16:00 P: 8:00-12:00	28/561-200	ugyintezes@dtkh.hu	www.dtkh.hu

Kérjük, fokozott figyelemmel tájékozódjanak a helyszínek és nyitva-tartások tekintetében, mert a járványügyi helyzettől függően eltérhetnek a feltüntetettéktől!

FOGÁGYBETEGSÉG

A fogágybetegség a felnőttkori fogvesztés egyik leggyakoribb oka. Fogágybetegségnek nevezzük a fogat körülvevő szövetek baktériumok által okozott krónikus gyulladást, amely ínygyulladásból és a fogíny visszahúzódásához vezet. Súlyos esetben a folyamat a fogak kilazulásához és a fogak elvesztéséhez vezet.

A fogágybetegség kialakulásának folyamata:

1. A lepedék lerakódása, plakk képződés, amelyben kórokozók telepednek meg.

2. Fogkőképződés: a nem megfelelően eltávolított lepedékből fogkő képződik, amely tovább segíti a kórokozók elszaporodását.

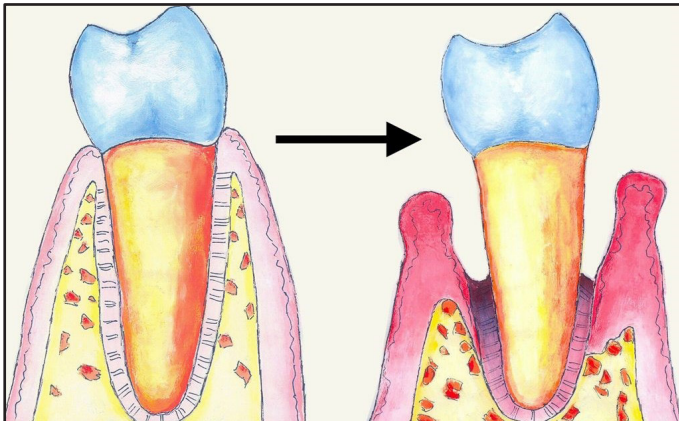
3. Fogínygyulladás: a baktériumok elszaporodása a fogíny gyulladást okozza.

4. Ha a fogínygyulladást nem kezelik, akkor a gyulladás átterjedhet a fogat körülvevő többi szövetre, az íny elválik a fogtól. Tasakképződés, az íny sorvadása és visszahúzódása figyelhető meg.

5. A fogat körülvevő csont a gyulladás hatására lassan elbomlik, a fogak meglazulnak, majd kiesnek.

A szájüregben kialakult krónikus folyamat nem csak helyileg okoz elváltozásokat, hanem az egész szervezetre is hatással lehet. A fertőzőgócban megtelepedett baktériumok és azok mérgezőanyagai a véráramba kerülve további megbetegedések okozói lehetnek. Ezek a szív – és ér-

rendszeri megbetegedések- érlemeszesedés, szívinfarktus, agyvérzés. Számos esetben az ízületi gyulladásoknál is a fogágybetegség említhető meg gócként.



Parodontitis (fogágybetegség) tünetei:

- fogínygyulladás (gingivitis), fogmosáskor ínyvérzés jelentkezik
- duzzadt, fájdalmas fogíny, amelyet szájszag is kísér
- íny visszahúzódása, illetve eltávolodása a fogtól. A fogak mellett emiatt úgynevezett tasakok keletkeznek, amelyek miatt a fogak jelentősen érzékenyek lehetnek a hideg-meleg ingerekre. Abban az esetben, ha a tasakok eltömődnek, fájdalmas duzzanat jöhet létre a fogak mellett.
- súlyosabb esetben a fogak tartószerkezete olyan mértékben sorvad, hogy a fogak mozgathatóvá válnak.

A fogágybetegség okai és hajlamosító tényezői:

1. Rossz szájhigiéne
2. Fogkő jelenléte, ellátatlan fogszuvasodás, hibás tömés vagy fogpótlás
3. Szabálytalan, torlódott vagy hiányos fogazat (meglévő fogak túlterhelése)
4. Dohányzás: a szájüregbe jutó mérgező anyagok miatt romlik a vérellátás, immunrendszer csökken működése
5. Örökletes tényezők
6. Bizonyos betegségek: cukorbetegség, csontritkulás

A Robert-Koch Institut és Deutsche Akademie für Kinder-und Jugendmedizin e.V ajánlásai alapján a magyar javaslatot készítette a **Házi Gyermekorvosok Egyesülete**

Mikor engedhetjük vissza a betegségből gyógyult gyermeket a bölcsődébe, óvodába, iskolába?

Kedves Szülők!

Gyakran nehéz eldönteni, hogy mikor engedhetjük vissza egy betegség után gyermekünket a közösségbe. Ehhez adunk segítséget az alábbiakban.

Beteg gyermek/tanuló, ha bágyadt (extra pihenést, gondoskodást igényel), gyenge, rossz általános állapotú, lázas, köhög, toroka, füle, hasa fáj, hasmenése, hányingere van, hány, bizonytalan új bőrkiütése van, közösségbe ne menjen! A beteg gyermeknek nemcsak saját maga érdekében kell otthon maradni, hanem azért is, mert a szoros kapcsolat és a kisgyerekek életkorából fakadó viselkedés, a higiéniai szabályok be nem tartása az intézményekben a kórokozók gyors könnyű terjedéséhez vezet.

Az enyhe, magától gyógyuló fertőzések tüneteivel (enyhe megfázás, kizárólagos orrfolyás, enyhe köhögés - azok a gyerekek, akik csak reggel köhögnek a torkukba hátracsorgó váladék miatt, vagy 3 napnál rövidebb ideig tartó betegség után), ha a gyermek általános állapota jó, nem szükséges orvoshoz fordulni. Ha gyermeküknél az előzőekben leírtaknál súlyosabb tünetek jelentkez-

7. Várandósság: a kismamák fokozottabb veszélynek vannak kitéve a szervezetet érintő hormonváltozások inyre gyakorolt hatása miatt
8. Nem megfelelő, hiányos táplálkozás, nyomelem, vitaminhiány
9. Immunszuppresszió, illetve egyéb gyógyszerek szedése (pl. epilepszia elleni, vagy vérnyomáscsökkentő gyógyszerek)
10. Túlzott alkoholfogyasztás és stressz megléte

A fogágybetegség kezelése attól függ, hogy a betegség milyen előrehaladott állapotban kerül felismerésre. A diagnózis felállításához fogászati vizsgálatra van szükség, valamint panoráma röntgen illetve szükség esetén CT felvételre. A kezelést parodontológus fogszakorvos végzi erre szakosodott klinikán. Elsődlegesen a megfelelő szájhigiéne helyreállítása a cél, fogkőeltávolítással és a szájüreg alapos vizsgálatával (körzeti fogászat). Súlyosabb esetben szükség lehet az ínytasakok tisztítására zárt kürettálással, illetve nyílt műtéti tasaktisztításra. A terápiák közé tartozik a fogínyátültetés is, amely során a szájpadlás nyálkahártyájából vett szövetet ültetnek át a sérült íny helyére. Alkalmanként szükséges a kezeléseket antibiotikumok terápiával kiegészíteni.

Fontos hangsúlyozni, hogy a fogágybetegségek sokszor csak nagyon előrehaladott állapotban kerülnek felismerésre, így nagy szerepe van a betegség megelőzésének.

1. Naponta kétszeri alapos fogtisztítás
 2. Fogselyem, fogköztisztító kefe használata
 3. Rendszeres fogászati kontroll és fogkőeltávolítás
 4. Dohányzás elhagyása vagy drasztikus csökkentése: a dohányzás a mérgező anyagok káros hatásán kívül elfedheti a tüneteket is, ezért rendkívül megnöveli a fogágybetegség súlyosbodásának veszélyét is
 5. Egészséges, kiegyensúlyozott táplálkozás: rost dús ételek, magas C-, D- és B3 vitamin tartalmú ételek fogyasztása
- Kiemelten fontos a betegség megelőzése, és a rendszeres fogászati szűrővizsgálat.

*Kellemes karácsonyi ünnepeket és boldog új évet kívánok!
Dr.Cinkler Éva, fogszakorvos*

nek vagy állapota nem javul néhány napon belül, mindenképp konzultáljanak gyermekorvosukkal. Előfordulhat, hogy ilyenkor a panaszok háttérben súlyos betegség áll, ami szövődményekhez és maradandó károsodásokhoz vezethet.

A betegség diagnosztizálását követően meg kell határozni, hogy mennyi ideig maradjon ki a beteg gyermek a közösségből. Az alábbi táblázat a különböző gyakoribb betegségek esetén útmutatót nyújt, hogy mikor nem fertőz már a beteg gyermek. Ez nem jelenti azt, hogy a fertőzőképesség megszűntével kötelező visszaengedni közösségbe, ehhez figyelembe kell venni az általános állapotát, közérzetét stb. Ennek eldöntése már a gyermekét ápoló és megfigyelő szülő kompetenciája. Mindazonáltal fontos, hogy közösségbe csak a társaira nem fertőző gyermek menjen vissza. A betegség miatt óvodából, iskolából mulasztó gyermek hiányzásának időtartamát az előbbiek alapján a szülő tudja igazolni, hiszen ő tudja, hogy mikortól meddig szorult a gyermeke ápolásra. Emellett ő tud nyilatkozni, hogy mikorra lett tünet- és panaszmentes. Függetlenül attól, hogy szükség volt-e orvosi konzultációra vagy sem, javasoljuk egy szülői nyilatkozat kiállítását, amelyben írásban kell megerősíteniük az intézmény

számára, hogy gyermekük az előző 24 órában már tünetmentes volt. Kérjük olvassa át a táblázatot, hogy tudja, mikor engedheti vissza közösségbe a gyermekét! Az Önök együttműködése is

rendkívül fontos ahhoz, hogy a fertőző betegségek minél kevésbé terjedjenek. Javasoljuk, hogy az útmutatóban foglaltak szerepeljenek a házirendekben.

Táblázat szülőknek

Betegség	Lappangási idő	Visszaengedés a közösségbe (fertőzőképesség szempontjából)	Kontaktok kizárása	Különleges intézkedések
Covid-19	2-14 nap	tünetmentes	maszkban járhatnak	
3 napos láz	7-14 nap	>24 óra hőemelkedés/láz nélkül		
Fertőző kötőhártyagyulladás	5-12 nap	Ha már nem váladékozik, nem vörös a szem	nem	
Ótvar	2-10 nap	gyógyulást követően	nem	
Náthás megbetegedések				
lázatlanul		nem kizárandó	nem	
láz, > 38°C		>24 óra hőemelkedés/láz nélkül	nem	
Influenza	1 - 2 nap	gyógyulás után	nem	oltás
Kéz-láb-száj betegség	4 - 30 nap	gyógyulás után	nem	
Hepatitis A és E	15 - 50 / 64 nap	orvosi egyeztetést követően	valószínűsíthető/ megerősített eset	oltás
Fejtetű		1 kezelés után	nem, de kontroll szükséges	
Rüh	14 - 42 nap	kezelést követően orvosi egyeztetés alapján	orvosi egyeztetés, esetleg kezelés	
Gyomor-bélrendszeri fertőző megbetegedések		Leghamarabb 24-48 órával az utolsó hányás, vagy hasmenés után, kivéve Salmonella, Campylobacter **	nem	oltás (Rotavírus), ételek megfelelő tartására figyelni
ismeretlen kórokozó	1 - 10 nap			
Agyhártyagyulladás				
Haemophilus influenzae B	2 - 4 nap	antibiotikum és gyógyulás után	orvosi javaslat alapján	oltás
Meningococcus	2 - 10 nap			
Aftás szájnyálkahártyagyulladás	2 - 12 nap	gyógyulást követően	nem	
Mononucleosis	7 - 30 nap	gyógyulást követően	nem	
Ötödik betegség (erythema infectiosum)	7 - 14 nap	a kiütések megjelenésekor	nem	
Skarlát, tüszős mandulagyulladás	1 - 3 nap	leghamarabb 24 órával az antibiotikum beadása után, egyébként a teljes gyógyulás után	nem	
Bárányhimlő	8 - 28 nap	a hólyagok leszáradását követően	nem	oltás



Fertőtlenítő, vagy forrómosás



fokozott kézhigiéne



mosogatás >60 °C-on



kézzel érintett tárgyak fertőtlenítése



játékokat a használat után fertőtleníteni

2022.10.29

Dr. Tordas Dániel, Dr. Pátri László

Forrás:

1. Gesundheitsamt Idar-Oberstein, Krankes Kind - wann darf mein Kind wieder in die Kita/Schule? 2018 december

2. Maßnahmen zur Aufrechterhaltung eines Regelbetriebs und zur Prävention von SARS-CoV-2-Ausbrüchen in Einrichtungen der Kindertagesbetreuung oder Schulen unter Bedingungen der Pandemie und Kozyklulation weiterer Erreger von Atemwegserkrankungen, 4. August 2020 Geschäftsstelle DAKJ 1 Kommentar

Jó egészséget és békés boldog karácsonyt kíván:
Dr. Kovács Péter, háziorvos
és Bálintné Gyurkovics Erika, asszisztens

49. WADO KAI EURÓPA BAJNOKSÁG

Ezúton szeretnénk hírt adni Önöknek arról, hogy a Petőfi Sándor Általános Iskola testnevelés tanára, Stefán Ildikó a 49. Wado Kai Európa Bajnokságon, Bukarestben 2022.11.12.-én, +36 senior kata (formagyakorlat) kategóriában európa bajnoki címet szerzett, a dunakeszi székhelyű Gyémánt Lótusz Harcművészeti Egyesület színeiben.

Ildikó, az Európa Bajnokságra két tanítványt is felkészített, akik szintén kiemelkedő eredményt értek el. Baksa Vivien U14 kata (formagyakorlat) kategóriában II. helyezést, kumite (küzdelem) kategóriában III. helyezést ért el; Kerecsi Kincső U14 kata (formagyakorlat) kategóriában III. helyezést ért el.

Mindannyiuk eredményéhez szívből gratulálunk, további sok sikert kívánunk!



MI KÜLÖNBÖZTETI MEG A VERESÉGET, A KUDARCTÓL?

Harmadik napja gondolkodom, hogyan lehet értékelni az elmúlt szezont és hogyan lehet jól "csomagolni" a vereséget, ha egyáltalán lehet, ezt jól csomagolni.

Igen, eljött a számadás ideje, és igen az eredményeinket tekintve rajtcél vereséget szenvedett a csapat. Lehet ezt sokféleképpen magyarázni, de az eredmény attól még eredmény marad, és lehet az eredmény felett keseregni, de attól ez még kőbevésett tény marad.

Az ellendrukkereknek ez egy jó hír, mert lehet felkiáltani, „ez szegény”, „megmondtam, hogy így lesz”, „kétkelzesek!”, „talán abba kellene hagyni!”, „hol vannak a fiatalok?”... és a többi hasonló megjegyzést is lehet puffogatni, de higgye el mindenki, nekünk is számos dolog eszünkbe jutott.

A vesztes mellé senki nem szeret állni, a vesztes vállát senki nem veregeti meg, a vesztes felett sajnálkozunk, vagy éppen kárörvendünk, de egy biztos: örülünk, hogy mi éppen most kimaradtunk belőle. Mégis a vereség jelen van az életünknek szinte minden területén, és még akkor is időről-időre részt kell vennünk benne, ha nem okoz örömet és nem élvezetes.

Valójában nem elsődlegesen az számít, hogy mi az, ami körülöttünk történik és mások a pálya széléről, hogyan látnak bennünket, hogyan értékelik mindezt, hanem az, hogy mi a RÁTÓTI kézilabdás lányok, hogyan reagáljuk le, mi ott legbelül hogy vagyunk, mert azt elfelejtjük, hogy a vereség mögött is van valamilyen, akármilyen, bármilyen produktum, van érzelem és ott vagyunk mi, a csapatjátékosok. Még akkor is ott vagyunk, ha ezt az eredményt nem mutogatjuk, mert erre nem vagyunk büszkék, inkább kisminkeljük, becsomagoljuk, teleszórjuk csillámokkal és hártjuk, majd ott ahol senki nem látja, elsíratjuk. Igen, a megye kettőben sok erős, fiatal és jó képességű, tehetséges csapattal játszunk. Igen, sok meccsen „fejben” feladtuk, mert úgy éreztük, hogy ehhez mi már kevesek vagyunk, nem bízunk önmagunkban, nem bízunk a csapattársban, „*ezt-már-nem-tudjuk-megugrani*” gondolkodás uralkodott el rajtunk.

Azonban, aki ismer bennünket tudja, hogy olyan tulajdonságokat és képességeket sűrít össze ez a csapat, mint a kitartás, az akaraterő, az elköteleződés és a motiváció, de most mégis, amire leginkább szükségünk van, az a vereség kezelésének a képessége, mert mindezek ellenére, meg kell találnunk magunkba a talpra-állás képességét, „a győztes mentalitást”, vagyis egy olyan extra motivációt, ami átsegít bennünket a holtpontra.

Fontos meghatározunk magunknak, hogy mi különbözteti meg a sikert a vereségtől. A hagyományos magyarázatokkal ellentétben szerintem nemcsak a befektetett munka mennyisége. A különbség szerintem abban is van, hogy a vereség után újra, és újra neki futunk, felszívjuk magunkat, odafigyelünk és tanulni akarunk és tanulni tudunk a kudarcokból, így okosabban, fejben felkészültebben tudunk a pályán jelen lenni, nemcsak ott lenni.

A VÁCRA TÓTI HSE HÍREI

A nyári lapszámot követően az országos diákolimpia volt az első rendezvényünk, ahol Fránki Réka indult. Sajnos ez a verseny nem úgy sikerült, ahogy terveztük, tehát nem ért el helyezést, de töretlenül folytattuk a felkészülést, ami meg is hozta az eredményt.

A versenydőszak végével elkezdtünk készülni a nyári edzőtáborunkra, ahol a nehéz megmérettetések mellett a tábor végén övvizsgát tehettek a résztvevők, itt 10 új övfokozattal gazdagodott egyesületünk.

Igen, akkor lehetünk sikeresek igazán, ha meg tudjuk erősíteni a kapcsolatunkat, félre tudjuk tenni a vereségeink felett érzett sértettségünket, fejben össze tudjuk szedni magunkat és ezzel tisztázni tudjuk a félreértéseket. Azt tapasztaltam, hogy a felemelkedéshez vezető utat gyakran megelőzi, a sokk és a düh, így először rendeződniük kell a bennünk zajló viharoknak. Ez ugyan jól hangzik, de a kivitelezése mégsem egyszerű.

Valójában könnyebb dühösnek, csalódottnak maradni, mint túltenni magunkat a kudarcainkon, mert most, amikor tovább kell lépni, akkor bizony el kell fogadni, azt ami történt. Szembe kell nézni a féltreállításokkal, ami sokszor megakadályoz bennünket a tovább lépésben. Elfogadni, a pályán hozott hibás döntéseinket. Ezután pedig elkerülhetetlen, néhány kényelmetlen kérdés is önmagunk felé: Mi vezetett ide? Mivel járultam én hozzá? Akarok változtatni? Pontosan min akarok változtatni? Mit szeretnék elérni? Mi a közös cél? Mit teszek hozzá magamból, hogy elérjék?

Nekem kell energiát fektetni a játékba, a döntés rajtam áll, bármennyire is kényelmes nézőpont a másikat okolni, és a másakra várakozni. Azonban, aki ismer bennünket tudja, hogy olyan tulajdonságokat és képességeket sűrít össze ez a csapat, mint a kitartás, az akaraterő, az elköteleződés és a motiváció, de most mégis, amire leginkább szükségünk van, az a vereség kezelésének a képessége, mert mindezek ellenére, meg kell találnunk magunkban a talpra-állás képességét, „a győztes mentalitást”, vagyis egy olyan extra motivációt, ami átsegít bennünket a holtpontra.

Fontos meghatározunk magunknak, hogy mi különbözteti meg a sikert a vereségtől. A hagyományos magyarázatokkal ellentétben szerintem nemcsak a befektetett munka mennyisége. A különbség szerintem abban is van, hogy a vereség után újra, és újra neki futottunk, felszívjuk magunkat, odafigyelünk és tanulni akarunk és tanulni tudunk a kudarcokból, így okosabban, fejben felkészültebben tudunk a pályán jelen lenni, nemcsak ott lenni.

Igen, akkor lehetünk sikeresek igazán, ha meg tudjuk erősíteni a kapcsolatunkat, félre tudjuk tenni a vereségeink felett érzett sértettségünket, fejben össze tudjuk szedni magunkat és ezzel tisztázni tudjuk a félreértéseket. Azt tapasztaltam, hogy a felemelkedéshez vezető utat gyakran megelőzi, a sokk és a düh, így először rendeződniük kell a bennünk zajló viharoknak. Ez ugyan jól hangzik, de a kivitelezése mégsem egyszerű. Érted már, hogy mi különbözteti meg a vereséget, a kudarcotól? Szerintem, semmi más csakis saját magunk hozzáállása, mert a **játékunk - legyen bármi, amit játszunk- csak önmagunk által tud létezni, fejlődni, és ha nem állítod önmagad folyamatosan kihívások elé, nem nézel szembe a vereségeddel, akkor jobb ha be sem szállsz a játékba.**

Talán utolsók leszünk az évadban, talán nem, de ha mégis, akkor sem kell kudarcot vallanunk és vesztésként távoznunk a pályáról, csak tudni kell ott legbelül, hogy nem adtuk fel egy percre sem, odafigyeltünk, mindent beleadtunk, és tiszta szívből játszottunk.

-LA-

A tábor utáni rövid pihenés után nagy erővel kezdtünk készülni a versenyekre, nem is akármilyen, egy nemzetközi verseny volt az első, melyen részt vettünk. Segítettünk a szervezésben, a lebonyolításban, a bíraskodásban és még indultunk is a versenyen. Fárasztó 2-3 napos rendezvény volt, de remek eredményekkel zártuk a hétvégét (október 7-8), az eredmények a következők lettek:

- Mészáros Dorka kumite 1. hely
- Aszódi Annamária kata 1. hely
- Fránki Réka kumite 1. hely
- Szalai Gréta kumite 1. hely, kata 2. hely

- Kolonics Márk kata 2. hely
- Lengyel Tamara kata 2. hely
- Fránki Károly kumite 2. hely
- Nyisztor Lea kumite 3. hely
- Hremó Kristóf kumite 3. hely
- Fránki Dorina kumite 3. hely
- Hremó Anna kumite 3. hely
- Kirchhofer Máté kumite 3. hely
- Tornai Bálint kumite 3. hely
- Csapat kata-ban (Szalai Gréta, Fánki Réka, Fránki Dorina, Fránki Károly) 3. hely

Itt azonban még nem volt vége a rendezvénynek, másnap egy szemináriumon vettünk részt, amit Shihan Katsuhito Gorai 7 danos mester tartott. Ezen a továbbképzésen lehetőség volt fekete övre vizsgázni, így Szalai Gréta, egyesületünk új tagja, levizsgázott, tehát már ő is 1 danos és Senpai.

Következő versenyünket október 22-én, Szlovákiában rendezték. Ez egy formagyakorlat verseny volt, ahol szintén szép eredményeket értünk el:

- Kolonics Márk 1. hely
- Lengyel Tamara 1. hely
- Aszódi Annamária 2. hely
- Fránki Réka 2. hely
- Fránki Dorina 2. hely
- Nyisztor Lea 2. hely

November 5-6 között Szalai Gréta képviselt minket a Lengyelországban megrendezésre kerülő 19. Súlycsoport nélküli Európa Bajnokságon, melyen minden nehézség ellenére az előkelő 3. helyet sikerült elérnie a 16 fős mezőnyből. Viszont, ha ez nem lett volna elég, megkapta az egész Európa Bajnokság legtechnikásabb versenyzője díjat, ami hatalmas megtiszteltetés.

Az évben az utolsó versenyünk, pedig egy szervezetünkön kívüli verseny volt november 26-án, melyen részt vettünk kisebb-nagyobb sikerrel. Más szabályrendszer volt mindenben, de mi alkalmazkodtunk, ennek ellenére sajnos a szervezetek közötti különbségek miatt az eredmények nem mutatják a felkészültségünket. Sajnos a bíráskodás színvonala nem volt túlságosan magas, így rengeteg felelőtlen és valótlan döntés született a versenyen, nem csak velünk kapcsolatban. Ennek ellenére az eredmények nem lettek rosszak:

- Fránki Réka kumite 2. hely
- Kolonics Márk kata (sajnos nem ért el helyezést, de közel volt hozzá)
- Lengyel Tamara kumite 4. hely (nem volt súlycsoportja, így a nála legalább 10 kg-mal nehezebb ellenfelei ellen érte el ezt az eredményt)

Ezzel a versennyel idén véget ért a versenyidőszak, így elkezdünk készülni a januárban megrendezendő övviszágára, ahol 10 vizsgázónk lesz, és Kirchhofer Máté pedig elővizsgát fog tenni, ugyanis nyáron fekete övre szeretne vizsgázni.

Lesz egy téli táborunk a két ünnep között Vácra, melyen már az egész országos szervezetünkől vehetnek részt karatékák, így egy színvonalas tábornak nézünk elébe. Fontos feladat lesz új dolgokat elsajátítani egymástól, fejlődni mind a vizsgára való készülés, mind pedig az elkövetkező versenyeken való jó szereplés reményében.

Első versenyeink a diákolimpiai selejtező és a Felnőtt Magyar Bajnokság lesznek, ezeken készülünk fel a későbbi, nagyobb versenyekre, ugyanis a májusban megrendezendő Súlycsoportos Európa Bajnokságra több taggal is tervezünk indulni, remélhetőleg nagy sikerekkel.

Mindenkinek, aki bármilyen formában hozzátett a felkészüléseinkhez, vagy támogatott minket, nagyon köszönjük a belénk fetetett bizalmát! Következő jelentkezésünkig pedig mindenkinek kellemes pihenést, boldog, békés és áldott karácsonyi ünnepeket szeretnénk kívánni!

Tornai Bálint



FONTOS TELEFONSZÁMOK

HÁZIORVOSI ELLÁTÁS

Háziorvos: dr. Kovács Péter
Cím: 2163 Vácra tót, Petöfi tér 5.
Telefon: 06-28/360-007 06-30-541-4102

Rendelési idő:

Hétfő, Szerda, 7:30 – 10:30-ig
 Kedd: 14.00 – 17.00 óráig
 Csütörtök 7:30 – 11:00-ig
 Péntek 9:00 – 12:00-ig

Minden hónap harmadik szerdáján továbbképzés miatt Zárva!

Orvosi ügyelet: Munkanapokon: 17:00 – 07:00-ig
Munkaszüneti napokon: 24 órás ügyelet, Tel: 104

VÉDŐNŐI ELLÁTÁS

Védőnő: Morvai Bernadett
Cím: 2163 Vácra tót, Petöfi tér 5.
Telefon: 06-28/369-577, 06-70-375-7377

Rendelési idő: Terhistanácsadás: Hétfő: 13.00-15.30
 Csecsemő, kisdéd, gyermek tanácsadás:
 Hétfő: 8.00-12.00
 Csütörtök: 8.00-12.00

FOGORVOSI ELLÁTÁS

Fogorvos: dr. Cinkler Éva
Cím: 2163 Vácra tót, Alkotmány út 50/b.
Tel: 06-20-296-1566 (Rendelési időben)

Rendelési idő: Hétfő: 9:00 – 13:00-ig
 Szerda: 14:00 – 18:30 -ig

A rendelés előre egyeztetett időpont szerint történik. Időpont nélküli Betegeket sürgős esetekben hétfőnként 12:00-ig , szerdánként pedig 17:00 óráig tudunk fogadni.

November és december hónapban hétfőnként iskolafogászati rendelést tartunk.

Rendelési időn kívül, Sürgős esetben:

Stomatológiai Klinika
 VIII. ker. Budapest Szentkirályi u.40.
 +361/317-66-00

INCZEFFY FIÓKPATIKA

Cím: Vácra tót Petöfi tér 3.
Telefon: 06-70-67-280-67
E-mail: inceffyfiok@gmail.com
Nyitvatartás: Hétfő: 7:30 - 13:00
 Kedd: 7:30 - 16:30
 Szerda: 7:30 - 13:00
 Csütörtök: 7:30 - 16:30
 Péntek: 7:30 - 13:00
 Szombat és vasárnap: ZÁRVA

SZŐDLIGETI KÖZÖS ÖNKORMÁNYZATI HIVATAL VÁC RÁTÓTI KIRENDELTSÉGE

Cím: 2163 Vácra tót, Petöfi tér 3.
Telefon: 06-28-360-012
E-mail: vacratotph@vacratot.hu
Nyitvatartás: Hétfő: 7:00 - 16:30 óráig
 Kedd: Nincs ügyfélfogadás
 Szerda: 7:00 - 15:30 óráig
 Csütörtök: Nincs ügyfélfogadás
 Péntek: 7:00 - 12:00 óráig

ÁLLATORVOSI ELLÁTÁS

Állatorvos: dr. Nagy Ferenc
Cím: 2163 Vácra tót, Alkotmány u. 103.
Telefon: 06-28-360-345, 06-30-935-4615

VÁC RÁTÓT POSTA

Cím: 2163 Vácra tót, Petöfi tér 3.
Telefon: 06-28/562-545, 06-28/562-546
Nyitvatartás: Hétfő: 8:00 - 18:00 óráig
 Keddtől-Péntekig: 8:00 - 15:30 óráig
 Ebédidő minden nap: 12:00 - 12:30 óráig

EGYÉB ELÉRHETŐSÉGEK

RENDŐRSÉG: 112
TŰZOLTÓSÁG: 105
MENTŐ: 104
ELMŰ: 06-40-38-38-38
TIGÁZ: + 36 80 300-300, WWW.TIGAZ.HU
DMRV ZRT.: HIBA BEJELENTŐ: 06-27-511-480
VODAFONE: 1221