Új KEREPLŐ

XV. évfolyam 12. szám - 2013. december

www.sarmellek.hu • kulturasarmellek@freemail.hu



Már csak néhány nap, és ismét beköszönt Karácsony szent ünnepe. Az elkövetkezendő hetek biztosan sokunknak lázas készülődésben fognak eltelni.

A karácsonyt kicsi és nagy egyaránt várja. A kicsik sok ajándékot, a nagyok pihenést, nyugalmat remélnek tőle. Még ha nem is világos mindenki számára egyértelműen karácsony üzenete, mégis valami szelíd, nyugodt érzés, végső soron valami manapság már egészen ritka dolog, a szeretet árad belőle. A mindennapos gondok - amelyek napjainkban különösen előtérbe kerültek - elhalványulnak, ha kigyúlnak az ünnepi fények.

A karácsony a kereszténység egyik legfontosabb ünnepe, amelyben Jézus születésére emlékezünk, az ő eljövetelét ünnepeljük ezen a napon.

Az Advent négy hete arra szolgál, hogy kellőképpen felkészülhessünk lélekben erre. Advent a karácsonyhoz vezeti el az embert, a karácsony pedig egymáshoz vezet bennünket. A karácsony nemcsak egy ünnep, hanem egy érzés.

Az ünnepen az ember hajlandó félretenni az ellentéteket, és ha csak rövid időre is, de békét köt embertársaival. Az ünnep szépségét nem az ajándékok nagyságával kell mérnünk, hanem egy olyan ajándékkal, amiből mindenki részesülhet, amit mindenki adhat, ez pedig a szeretet.

De nemcsak azokkal kell szeretetben járni, akik minket is szeretnek. A szeretetet előbb adni kell, és nem elvárni.

Szeretet legyen a szívünkben és ne gyűlölet, megbocsátás, és ne harag, alázat legyen, ne büszkeség, öröm, és ne keserűség, békesség legyen, ne háború, szelídség, és ne felgerjedés, hűség legyen, ne hűtlenség, jóság, és ne gonoszság.

Ebben a szétesett világban nagy szükség van a szeretetre, a másikra való odafigyelésre.

Szeretni és szeretve lenni a legnagyobb emberi kincs a világon.

E gondolatok jegyében kívánok minden sármelléki lakosnak áldott, békés, szeretetteljes ünnepeket!

Horváth Tibor
polgármester







Aranykorúak köszöntése

Az elmúlt évekhez hasonlóan idén is a Művelődési Házban köszöntötték településünk szépkorú lakóit. Az Aranykorúak napját színvonalas műsor vezette fel, ahol *Bereczky Szilárd* és *Ézsiás László*, valamint a *Három Tenor* lépett fel. Beszédet mondott *Bóka Tibor* atya, ezt követően pedig a legidősebbeket köszöntötték, valamint megajándékozták a faluban kiemelkedő társadalmi munkát végzőket. *Horváth Tibor*, polgármester pohárköszöntője után *Nőklubunk és a BRACCS* tagjai vacsorával kedveskedtek a megjelenteknek. Az idei rendezvény egy másik örömteli eseménnyel fonódott egybe, hiszen az est szervezője, a Nőklub vezetője, *Ferge Józsefné* éppen november 16-án ünnepelte születésnapját. Marika néni elmondta, a rendezvényhez kapcsolódó hírként, hogy a jövő évben nagyobb méretűvé duzzad az esemény, hiszen februárban immár a járás településeiről érkező vendégek, nőklubok aranyozzák majd be a Művelődési Központ falait.



Közgyűlést tartott a Sportegyesület

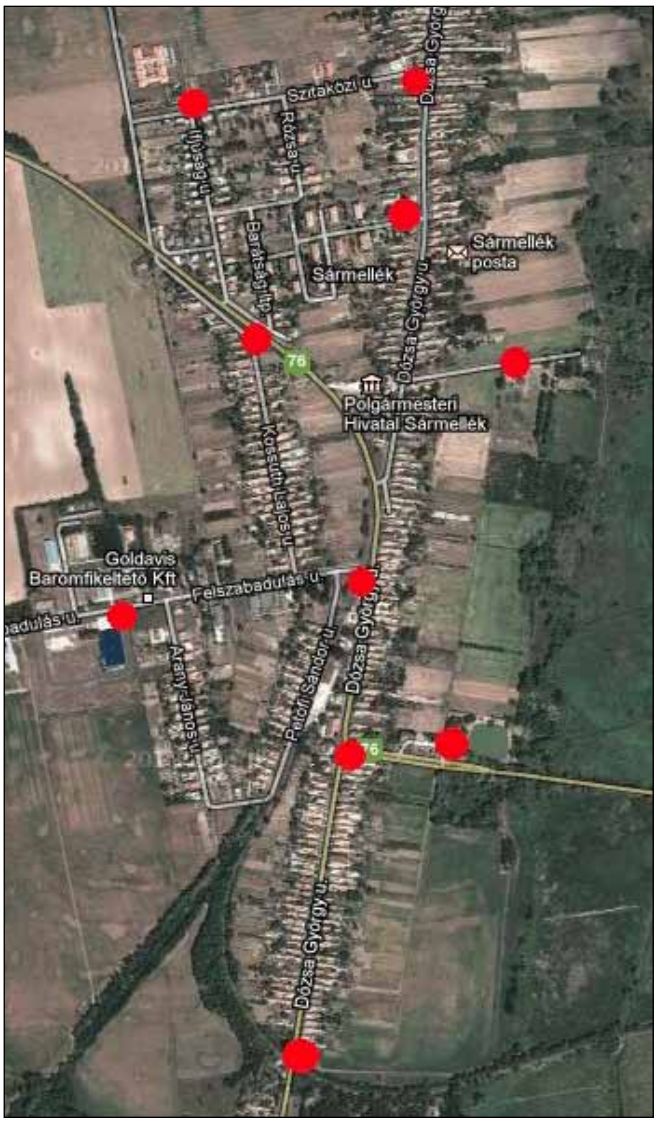
A Sármelléki Sportegyesület labdarúgó szakosztálya november 17-én a Zalaszántó elleni hazai mérkőzéssel zárta a szezont, és az ott elért 10-1 arányú győzelem azt jelentette, hogy 3. helyen telelhet a csapat. A mérkőzés után tisztújító közgyűlést tartott az egyesület, ahol a tagok elfogadták *Szabó Vendel* volt elnök írásban benyújtott lemondását. Az elnökségben így megüresedett elnöki poszt betöltéséről, valamint az időközben kialakult személyi kérdésekről is döntött a közgyűlés. Az elnöki posztra – egyhangúan – *Lebeda Gézát* választotta meg a gyűlés, míg technikai vezetői feladatokkal *Szabó Csabát* bízták meg. Utóbbi megüresedett posztjára *Nagy István János* került a Fegyelmi bizottság tagjai közé. Az elnökség többi tagját megerősítette pozíciójában a közgyűlés, így a Sármelléki Sportegyesület vezetősége a következőképpen áll össze a tisztújítás után:
Lebeda Géza, elnök; *Bek Attila*, szakosztályvezető (íjászat); *Király Gyula*, szakosztályvezető (labdarúgás); Szabó Csaba, technikai vezető; *Bojt Attila*, *Bonnyai Sándor, Horváth Árpád* elnökségi tagok; Fegyelmi bizottság: *Jádi Zoltán, Nagy István János, Sági Zoltán*. A közgyűlésen ezt követően Szabó Csaba adott tájékoztatást a TAO pályázat jelenlegi állásáról, majd a frissen megválasztott elnök számolt be terveiről és céljairól. Szóba került az íjász szakosztály felkarolása, bővítése is, valamint felszólalt *Horváth Tibor* polgármester is. Az elnökség legelső feladata a támogatások lekéréséhez szükséges vállalkozások felkeresése, valamint az önrész előteremtése, költségvetésének összeállítása lesz. *szacsa*

Értesítés

A Sármelléki Közös Önkormányzati Hivatal értesíti a lakosságot, hogy **2013. december 7-én (szombaton)** a Hivatal zárva tart, ügyfélfogadás nincs.
2013. december 21-től 2014. január 1-ig IGAZGATÁSI SZÜNET LESZ. 2013. december 21, 23, 30, 31-ei munkanapokon a Hivatal zárva tart.
Haláleset anyakönyvezése ügyében az ügyintézőt a fenti munkanapokon 8.00 órától 16.00 óráig az alábbi telefonszámon lehet elérni: **06-30-827-5165**

Indul a karácsonyi csomagvadászat!

10 karácsonyi csomagot rejtettünk el Sármelléken, amelyek egy-egy meglepetést, valamint egy kupont tartalmaznak. A kupon december 22-én a Falu Karácsonyfája rendezvényen értékes ajándékra váltható be! Segítségül mellékeltünk egy térképrészletet a csomagok rejtekhelyéről.
Jó keresést és kellemes ünnepeket kívánunk!











A Szülői Munkaközösség és az ÁMK szervezésében zártkörű szilveszteri Retro Party a sármelléki Művelődési Központban.

Éjfélkor tűzijáték!

***Belépő: 3000 Ft**, amely magában foglal egy svédasztalos vacsorát, valamint korlátlan italfogyasztást a készlet erejéig! Belépőjegyek kizárólag elővételben kaphatóak!(gyermekjegy: 500 Ft)*

Jegyek kaphatóak: Dominó Pizzéria, Szabó Csaba S(H)IP, Kaszab Mónika önkormányzat

Karácsony elé

Kinek mit jelent a karácsony? Ahányan vagyunk, mindenki mást fogalmaz meg. Legtöbbször csak az ünneppel kapcsolatos „feladatokat” látjuk meg. A háziasszonyok a takarítást, sütést-főzést látják, a férjek a hajtást, hogy meg legyenek az anyagiak az ünnep „méltó” megtartására. A gyerekek a sok ajándékot várják. Az idősek, magányosok, a szomorú egyedüllétet látják. A szolgáltatói szférában dolgozók a munkát látják, amit családjuktól távol kell végezni. Lehetne sorolni még részletesebben hosszú listát írva. De mit jelent a karácsony? Amikor évente periódikusan visszatér sötét évszakunk a tél, olyankor a fény megszületését várjuk, és ünnepeljük már ősidők óta. De elrugaszkodva a természetben váltakozó éjszaka és nappal, sötét és világosság állandó harcától, mi keresztények a világ Világosságának, a Megváltónak születését várjuk és ünnepeljük. Ki volt Ő? Miért jött el? Mi volt a célja? – tehetjük fel egymás után a kérdéseket. Miért, és hogyan kell ünnepelni Őt? A történet visszanyúlik a kezdetekre, amikor az emberek felrúgták azt a harmóniát, amit a Teremtő akart, és létrehozott. Az ember minden tettének van következménye. A bűnnek is, amit elkövetünk egymás ellen, Isten ellen. A bűnnel pedig belépett a sötétség az emberek életébe. Ezt a sötétséget jött megszűntetni maga az Isten, amikor emberi testet öltve, kisgyermekként megjelent az emberiség történelmében. Értünk jelent meg! Nekünk ajándékozva saját magát, az Isten szeretetének jeleként. Hatalmas dolog ez, amit fel nem foghatunk, meg nem hálálhatunk igazán. Hálánkat akkor tudjuk leginkább kifejezni, ha szakítunk a bűnös múlttal, törekszünk egy jobb, egy emberibb, ezáltal egy istenibb életre. Ha megtanulunk mi is szeretni önzetlenül, mint az Isten. Ezért is a szeretet ünnepe karácsony. A megtestesült szeretetté. Tehát ünneplésünk akkor lesz igaz, ha szeretünk, ha egymást szeretjük, ha egymást adjuk oda a másiknak, ha nem azt nézzük, hogy a másiknak mennyivel könnyebb, jobban megy a dolga, több barátja van, szebb kocsija van, hogy más színekben politizál, hogy sötétebb a bőre, más a nemzetisége. Hanem azt nézzük, hogy mindannyian Isten gyermekei vagyunk, és Ő egyformán szeret bennünket, úgy, ahogy vagyunk. Éppen ezért nekünk sincs jogunk ítélkezni, megszólni, magunkat mások fölé emelni. Szeressünk tettetés nélkül, és akkor majd meglátjuk a másikban megszületett Jézust, és tudunk közösen szépen, jól ünnepelni.

Áldott Karácsonyt Sármellék! *Bóka Tibor*

A Falu Karácsonyfája

December 22-én, vasárnap 16 órától immár másodszor **karácsonyfa díszítésre** invitáljuk a falu lakosságát! Ezen a napon díszítjük a Falu Karácsonyfáját a NYITOK Tanulási Központ (egykori Pártház) udvarán, amelyet mindenki a saját maga által hozott dísszel öltöztethet fel. Aki nem tud hozni az a helyszínen is vásárolhat 50 Ft/db áron az óvódásaink által készített díszekből.

A díszítőket forralt borral, krampampulival, karácsonyi varázs teával, harapnivalóval várjuk.

AZ EMLŐRÁK MEGELŐZÉSE ÉS SZŰRÉSE

Készítette az ÁNTSZ Nyugat-dunántúli Regionális Intézetének Egészségfejlesztési Osztálya és az Együtt az Emlőrák Ellen Közhasznú Egyesület Szombathely MJV Polgármesteri hivatal pályázati támogatásával

Tények

- Nőknél a leggyakoribb daganatos betegség az emlőrák
- Magyarországon évente több mint 6000 nő betegszik meg emlőrákban és 2100-2300 nő hal meg emiatt.
- 9 nő közül 1 emlőrákot kap élete során.
- Az emlőrákban megbetegedett nők 80 %-ának családjában sohasem fordult elő a betegség.
- 100 emlőrákos nő közül 95 meggyógyul, ha daganatot mammográfiás szűréssel időben felfedezik.
- Mammográfiával kb. 2 évvel a csomó tapintása előtt felismerhető az emlőrák.

Az emlőrák figyelmeztető jelei

- fájdalmatlan csomó az emlőben
- az egyik emlő méretének növekedése
- az emlő alakjának megváltozása
- az emlőbimbó befelé fordulása
- a kar megduzzadása
- az emlőbimbó bőrének megváltozása, kisebesedése
- a hónalji vagy kulcscsont feletti nyirokcsomók megnagyobbodása
- szokatlan váladékozás az emlőbimbóból

Ne várja meg, míg tünetei jelentkeznek! Járjon rendszeresen mammográfiás szűrésre! Ha a fenti tünetek közül bármelyiket észleli, FORDULJON AZONNAL ORVOSHOZ!

Önnek az átlagosnál nagyobb a kockázata az emlőrák kialakulására, ha:

- 50 évnél idősebb anyjának, nőtestvérének vagy lányának emlőrákja volt
- korábban saját magának volt emlőrákja
- nincs gyermeke
- első gyermeke születésekor idősebb volt 30 évesnél
- 12 éves kora előtt kezdett menstruálni
- 40 %-nál nagyobb a túlsúlya





Mit kell tudni a mammográfiás szűrésről?

- A mammográfia az emlő röntgen vizsgálata, melyet alacsony dosisú röntgen sugárral, speciális filmre készítenek.
- **A mammográfia a leghatékonyabb módszer az emlőrák korai felismerésére.** Azokban az országokban, ahol 15-20 éve végeznek mammográfiás szűrést, az emlőrákos halálozás legalább 30 %-kal csökkent.
- **A Népegészségügyi Program keretében szervezett emlőszűrésre a 45-65 éves nők két évente névre szóló meghívólevelet kapnak.** A vizsgálat eredményéről szintén levélben kapnak értesítést a megjelentek.
- **A vizsgálat** korszerű készülékkel végezve legfeljebb kellemetlen, de **nem fájdalmas.**
- Ha a **szűrés időpontja** nem megfelelő, módosítani lehet a meghívólevélen szereplő telefonszámon.
- **A szűrővizsgálat és az utazás ingyenes.** Beutazáshoz háziorvosától kérhet utazási utalványt.
- Azok a panaszmentes nők, akik nem tartoznak a fenti korosztályba háziorvosi beutalóval vehetnek részt az emlőszűrésen.
- A meghívólevélen szereplő időpont tájékoztató jellegű. Nem kell percnyi pontossággal megjelenni, és előfordulhat, hogy egy keveset várakoznia kell.

Mi történik a mammográfiás szűrés során?

A vizsgálatot **adatfelvétel** előzi meg. A személyi adatokon kívül megkérdezik, hogy van-e emlő panasza, volt-e korábbi emlő betegsége, fordult-e elő a családban emlőrák, valamint menstruációval, szüléssel, szoptatással kapcsolatos kérdéseket tesznek fel.
Ezt követően szakasszisztens áttapintja az emlőket és a környéki nyirokcsomókat, a leletet az adatlapon rögzíti, majd mindkét emlőről kétirányú felvételt készít.



A készült felvételeket **két szakorvos egymástól függetlenül értékeli**, hogy minél kisebb legyen a tévedés lehetősége. Ha bármelyikük gyanús, vagy tisztázandó elváltozást lát (pl. mirigyes emlők, korábbi műtétek, aszimmetria a két emlő között), a pácienst további vizsgálatokra hívják vissza. Ilyenkor általában kiegészítő felvételeket, ultrahang vizsgálatot végeznek, esetleg cytológiai vizsgálatra vesznek anyagot.
Tisztázó vizsgálatra átlagosan 100 paciens közül ötöt hívnak vissza, rosszindulatú daganatot pedig 1000 vizsgált nő közül ötnél találnak.

Ha két szűrővizsgálat között bármilyen emlőpanasza van, forduljon haladéktalanul orvoshoz!

Eredmények

A szervezett mammográfiás szűrés 2002. januárban kezdődött. A Nyugat-dunántúli régió három megyéjében 2007. decemberig összesen **194 787** szűrővizsgálatot végeztek, melynek során **752** rosszindulatú emlő daganatot találtak. A daganatok 67 %-a az igen korai emlőrákok közé tartozott, melyet más módon nem lehetett volna észrevenni. Ezek az asszonyok az emlőszűrésnek köszönhetik biztos és végleges gyógyulásukat.

Az emlőszűrés nem előzi meg az emlőrákot, de lehetővé teszi a kicsi, nem tapintható, semmilyen panaszt nem okozó korai emlődaganatok kimutatását, amikor azok kis beavatkozással sikeresen gyógyíthatók.

Felvilágosítás a szűrővizsgálatról, elveszett meghívólevelek pótlása:

ÁNTSZ Nyugat-dunántúli Regionális Intézete, Győr, Jósika u. 16.
Telefon: 96/513 742

Szombathelyi Kirendeltség, Szombathely, Sugár u.9.
Telefon: 94/506 336, hétfő-csütörtök 13-15 óráig

Zalaegerszegi Kirendeltség: Zalaegerszeg, Göcseji u. 24.
Telefon: 92/549 185

A szűrővizsgálat életet ment! Ha hívják, menjen el Ön is!

Gólyahír

Köszöntjük településünk legifjabb lakóit!

Jónás Bella Debóra
2013.11.12. Sármellék, Dózsa Gy. u. 258.

Nagy-Fáró Hanna
2013.12.01. Sármellék (Hegy)

A Sármelléki Nyitott Tanulási Központ dolgozói békés, meghitt karácsonyt és egészségben, sikerekben, tanulásban gazdag boldog új évet kívánnak mindenkinek!

A Sármelléki Sportegyesület Kellemes Karácsonyt és Boldog Újévet kíván minden kedves szurkolójának és támogatójának!

KEREPLŐ

Felelős kiadó:
Sármellék Község Önkormányzata
www.sarmellek.hu

Szerkesztőség:
ÁMK Sármellék,
Felszabadulás u. 1-2.
Szerkesztő: Szabó Csaba;
újságíró szakkör tagjai
Telefon: 83/355-011,
Fax.: 83/355-011
E-mail:
szabocsaba86@gmail.com

Tördelés, nyomtatás:
RENZOL Dekor Reklámstúdió
8785 Zalaszentgrót, Megyei út 2.
Telefon: +36 30 2268 273
E-mail: info@renzoldekor.hu •
www.renzoldekor.hu