



XIX. évfolyam, 11. szám • 2011. november

Ára: 80,- Ft

Sokan, vagy kevesen vannak a Mennyországban?

János apostol egyik elragadtatásában betekinthe-
t a mennyországba, s ott hihetetlen dolgokat látott. (Jel
7,2-4: 9-14) – Látta, hogy megjelölik homlokukon az Isten
szolgáit, s hallotta a megjelöltek számát is: száznegyven-
négyezren voltak, Izrael fiainak minden törzséből valók. Te-
hát a látomás zsidókra vonatkozik. Semmi képen sem je-
lenti azt, hogy a Mennyországban csak ennyi üdvözült
lélek lenne. Túl kevés ez ahhoz képest, hogy Isten min-
den ember üdvösségét akarja. Ha csak ennyi lenne, ez
Isten szándékának megghiúsulása, egyenesen Isten csőd-
je lenne. Az igazságot tehát máshol kell keresni.



Kelet népeinek nyelvén, így a héberben is a számok-
nak meghatározó jelentésük van. Pl. Izrael népe 12 törzs-
ből áll, Jákob 12 fiának megfelelően. A „tizenkettes” szám
a tökéletesség száma. A 12 négyzete pedig a tökéletesség
teljessége. – Ha ezt még a nagyszámúságot jelentő „1000”-
rel is megszorozzuk, akkor ez azt sugallja, hogy az üdvö-
zültek száma $12 \times 12 \times 1000 = 144.000$, azaz teljes, a lehető
legtöbb lesz. S ez csak a zsidókra vonatkozik.

Ezen kívül látott egy megszámlálhatatlan sereget is. Erről
meg azt mondja a látomás, hogy minden nemzetből, törzs-
ből, népből és nyelvből valók. Tehát itt már nem a zsidókról
van szó. A megszámlálhatatlan sokaság kezében a győze-

lem jele, a pálmaág van, mivel a nagy szorongatásból jöt-
tek, de Isten kegyelmével, mint győztesek érkeztek. Fehér
ruhában magasztalják Istent, mert megmosták ruhájukat a
Bárány vérében, vagyis megtisztultak bűneiktől. Tisztulá-
ukat nem maguknak tulajdonítják, hanem Isten kegyelmének.
Így a megpróbáltatásokban sem önerejükől tartottak ki.
Győzelmük Krisztus győzelme: nem a saját vérükben, ha-
nem a Bárányéban mosakodtak meg.

Ezek fényében értelmetlennek tűnik az a sokak által fel-
tett kérdés, hogy vajon kevesen, vagy sokan vannak-e, akik
üdvözülnek? – A teljesség és a megszámlálhatatlanság azt
jelenti, hogy az Isten üdvözítő akarata nem hiúsulhat meg
a bűn miatt. Isten egyetemes üdvözítő szándéka az, hogy
nem akarja a bűnös halálát, hanem azt akarja, hogy minden
ember megtérjen és örökké éljen, vagyis üdvözüljön és feltá-
madjon az utolsó napon.

Jellemző, hogy mi a szenteknek sohasem a születésük
napját ünnepeljük, hanem a haláluk napját, vagyis a meny-
yei születésnapjukat, mert az egyben Isten kegyelmének a
győzelme is. A katolikus naptár minden napján megemlé-
kezünk néhány szentről, többnyire a legismertebbekről No-
vember elsején az így kimaradt szentekről, vagyis minden
szentről megemlékezünk. Ünnepeljük azokat is, akiket az
egyház nem avatott szentté, vagyis a névteleneket, a saját
hozzátartozóink közül megüdvözült lelkeket is. – Hát ezért
megyünk ki ilyenkor a temetőbe...

Minden nép életében szokás, hogy felkeresik halotta-
inak emlékhelyét, sírját. Annak a meggyőződésüknek ad-
nak ilyen módon kifejezést, hogy számukra a halottak is él-
nek. – Ez a meggyőződés visz ki bennünket is a temetőbe.
Mindenszentek napja ma már piros betűs ünnep. Délelőtt a
templomban ünneplünk, délután, és november 2-án, halot-
tak napján a temetőbe megyünk, hogy minden meghaltról
megemlékezzünk. Minden halottért imádkozunk azzal a re-
ményességgel, hogy a feltámadás napján újra találkozunk.

Varga János
plébános

Testületi ülésről...

Buj Község Önkormányzat képviselő-testülete 2011. október 13. napján tartott ülésén a következő döntéseket hozta:

- A képviselő-testület elfogadta Barta Miklós Ferenc polgármester beszámolóját.
- Döntött a testület, hogy 2012. évben a finanszírozás megvaltozása miatt nem tud részt venni a Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíj pályázaton.
- Az önkormányzat 2012. január 1. napjától, mint számlavezető pénzügyi Tiszavasvári Takarékszövetkezet (4440 Tiszavasvári, Kossuth u. 1. sz.) ajánlatát fogadta el.
- A képviselő-testület hozzájárult, hogy Balsa Község Önkormányzat és Gávavencsellő Nagyközség Önkormányzat 2011. december 31. napjával az Ibrány- és Térsége Gyermekjóléti és Családsegítő Szolgálat intézményfenntartó társulásból kilépjen.
- Buj Község Önkormányzat Képviselő-testülete a Fényhozam Kft. árajánlatát a közvilágítás üzemeltetésére és karbantartására megvizsgálta és azt elfogadta.
- Buj Község Önkormányzat Képviselő-testülete megválasztotta **alpolgármesternek Fazekas András** képviselőt.
- A Szociális és Pénzügyi Bizottság elnöki posztjáról lemondott Buhajla János, az ő helyére a képviselő-testület megválasztotta Kiss Józsefnét.
- Szabolcs község Önkormányzat Képviselő-testülete csatlakozott a Szociális Alapszolgáltatási Központ Társulásunkhoz étkeztetési feladatok ellátására. Szükséges ezért a térítési díj meghatározása és a rendelet módosítása. Buj község

Önkormányzat képviselő-testülete módosította a 8/2011. (IV.1.) önkormányzati rendeletét a személyes gondoskodást nyújtó ellátásokról, azok igénybevételéről, valamint a fizetendő térítési díjakról.

- Fazekas András megválasztott alpolgármester helyére a képviselő-testület megválasztotta a Szociális és Pénzügyi Bizottság tagjának Munkáncsiné Kolozsi Katalint.
- Buj Község Önkormányzat Képviselő-testülete megbízta Akeef és Társa Bt. 4482 Kótaj, Árpád u. 6. vállalkozást, hogy 2012. január 20. napjától a II. Rákóczi Ferenc Általános és Művészeti Iskola, Óvoda, Bölcsőde, Könyvtár (4483 Buj, Rákóczi u. 6.) intézménynél az iskola-egészségügyi feladatokat ellássa.

Az önkormányzat és intézményei tekintetében a következőkben a foglalkozás-egészségügyi tevékenységet Akeef és Társa Bt. látja el.

- Buj Község Önkormányzat Képviselő-testülete **Oláh Gábor** Nyíregyháza, Kossuth u. 2. III/10. szám alatti lakos **részére Díszpolgári címet adományoz**. Elismerve eddigi tevékenységét és életútját, mely során munkájával, életével mind a községen belül, mind országos viszonylatban általános elismerést szerzett.

Tevékenységével hozzájárult a község jó hírnevének öregbítéséhez, továbbá példamutató emberi magatartása miatt köztisztelőben áll. Rendszeresen támogatja a tehetséges, de hátrányos helyzetű tanulókat.

Dr. Németh Károly jegyző

Buj Község Önkormányzata
4483 Buj, Rákóczi u. 1.
KEOP-4.2-0/A/11-2011-0153



Uniós támogatásból napelemes rendszer telepítése történik a BUJI II. Rákóczi Ferenc Általános és Művészeti Iskola, Óvoda, Bölcsőde, Könyvtárban.

Buj Község Önkormányzata 29.206.000,- Ft Uniós támogatást nyert az iskola villamos energia igényének kielégítésére, megújuló energiaforrás felhasználásával – napelemes rendszer kiépítésével. A pályázat az Új Széchenyi Terv, Környezet és Energia Operatív Program keretében zajlik.

A 34.360.000,- forintos összköltségvetést meghaladó, vissza nem térítendő beruházás kapcsán nagy volumenű korszerűsítésről, és számottevő villamos energia költségtakarékoskodásról beszélhetünk.

A megvalósítás időszaka: 2011.08.15. – 2011.11.30.

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség
Cím: H-1077 Budapest, Wesselényi u. 20-22.
Levelezési cím: H-1393 Budapest, pf. 332.
Tel.: +36 40/638-638 (+36-1-474-9180)
E-mail: nfu@nfu.gov.hu
www.nfu.hu
www.ujszechenyiterv.gov.hu



A projektek az Európai Unió támogatásával valósulnak meg.

DÍSZPOLGÁRI CÍM

Buj Község Önkormányzat Képviselő-testülete egyhangú szavazással Díszpolgári címet adományozott Oláh Gábor nyugdíjas pedagógusnak. A cím átadására 2011. október 21-én került sor. Felkértem Gabi bácsit, egy pár gondolatban foglalja össze eddigi munkásságát.

Szabómester gyermekeként Bujon születtem 1929. október 17-én. Szüleim haláláig ott éltem és az iskola elemi osztályait is ott végeztem. Kiemelkedő teljesítményem révén Horthy ösztöndíjasként, iskolám javaslatára középiskolai tanulmányaimat Kisvárdán kezdtem, majd a háború után Nyíregyházán a Kossuth Gimnáziumban, az követően a Kereskedelmi Szakközépiskolában folytattam, itt is érettségiztem.

Felsőfokú tanulmányaimat Debrecenben a Kossuth Lajos Tudományegyetemen, majd Budapesten az Eötvös Loránd Tudományegyetemen folytattam. Itt szereztem középiskolai tanári diplomát, majd újságírói képesítést.

A fővárosban kezdtem dolgozni, majd a forradalom után visszatértem Nyíregyházára. Tanítottam általános- és középiskolában, majd három évig óraadóként a Tanárképző Főiskolán.

Ezt követően a pedagógus pályát politikai pályára cseréltem. 25 éven át voltam a Pedagógus Szakszervezet megyei titkára, ezzel párhuzamosan 15 éven keresztül a Szociáldemokrata Párt társadalmi elnöke is.

Nyugdíjba vonulásom után és ma is számtalan egyesület, társaság, szövetség aktív tagja vagyok. Írásaimat olvashatják különböző lapokban, s tagja vagyok több szerkesz-

tőbizottságnak is. Munkáimért számtalan kitüntetésben részesültem, ezek közül legkiemelkedőbb a Maléter Pál Díj, melyet az 56-os forradalomban való aktív részvételemért kaptam.

Legtöbb időmet jelenleg a Szociáldemokrata Baráti Kör Egyesület elnöki tiszte, és az igen széles emberi és baráti kapcsolatok ápolása tölti ki.

Szabadidőm nagy részét családom körében töltöm. Testvérem Emma, aki érzelmileg igen szoros kapcsolatban áll szülőfalujaival, Debrecenben él. Büszke vagyok két gyermekemre és az iskolai tanulmányokat sikeresen folytató négy unokámra.

Oláh Gábor



OKTATÁSI REFORM KÉSZÜLŐBEN

Az a település, amelyikben nincs iskola, joggal érzi úgy, hogy nincs jövője. Nem véletlen ezért, hogy a községek, a városok, a főváros kerületei büszkék iskolájukra, az iskolák által nyújtott teljesítményre, az iskola diákjainak eredményeire. Ki ne emlékezne tanáraira? Ki ne szeretné, hogy gyermeke abba az iskolába járjon, ahol ő tanult? Ki ne segítene gyermeke iskolájának? Ki ne szeretné, ha az iskola vezetőivel, pedagógusaival megbeszélhetné gondjait, akár napi szinten? Ki ne érezné úgy, hogy köze van ahhoz is, hogyan érzi magát gyermeke az iskolában?

Ezekre a kérdésekre ma még sokan tudják tiszta szívvel azt a választ adni, az iskola a mienk: a községé, a városé, a gyereké, a szülőké. Mert

ma még az iskola a lakóközösségért, a lakóközösséggel együtt tölti be rendeltetését mindenütt. Ma még a községé, a városé az iskola, a közösség képviselői választják ki, bízzák meg az intézmények vezetőit, figyelemmel kísérik működésüket.

Az oktatás megreformálását célul tűzte ki a kormányzat, a tervezet napjainkban látott napvilágot. Lehet a témáról olvasni az írott sajtóban, interneten, vagy hallani a híradásokban. Élőszóban, első kézből tájékoztatódnak az érdeklődő pedagógusok, szülők Nyíregyházán.

2011. november 18-án 14:00 órától „Megújul a tanügy. Az új nemzeti köznevelési rendszer” című konferen-

cia megrendezésére kerül sor a **Nyíregyházi Főiskola Bessenyei Aulájában.**

A tanácskozás legfontosabb előadója **Dr. Hoffmann Rózsa**, a Nemzeti Erőforrás Minisztérium oktatásért felelős államtitkára lesz.

Reméljük a tervezet ezen az országjáráson változik, finomul, kiegészül mindazokkal a hasznos gondolatokkal, amelyeket a gyakorló pedagógusok hozzáfűznek az elméleti szakemberek által kialakított koncepcióhoz.

Viszontlátásra a tisztelt érdeklődőkkel a konferencián!

Lejegyezte:
Munkácsiné Kolozsi Katalin
igazgató

JÓTÉKONYSÁGI BÁL

2011. OKTÓBER 15.

Hagyományainkhoz híven az idén is megrendeztük, immár 17. alkalommal szüreti jótekonysági bálunkat.

Az idén az almaszüreté volt a főszerep a nagycsoportosok életében, így joggal idéztem Takács Gyula verséből az alábbi pár sort:

„...szüretelnek, énekelnek,
Láttál-e már ennél szebbet”?

A jól végzett munka után nemcsak énekeltek, de táncoltak is a nagycsoportos gyerekek kis csoportja Halász Melinda vezetésével, ami nagyon jó hangulati előkészítő volt az est kezdetén.

Az óvodásokat az iskola énekkara követte Laurinyecz László vezetésével, tőlük megszokott igényes műsorukkal.

A felnőttek előadásában egy „évszázados műsort” OVI-SOK címmel láthattunk, ahol énekeltek, mesejelenetet és táncot láthattunk, kis időre a gyermekek bőrébe bújva.

Az est házigazdája Podlovics Imre, háziasszonya Graczka Istvánné volt.

A zenét a „Hangulat Trio” szolgáltatta, minden zenei stílust képviselve jó hangulatot teremtettek.

A büfében, mely Vincze Ferencné szervezésében működött, megalapozhatták kedves vendégeink a finom vacsorához szükséges „étvágyceppekkel” gyomrukat.

A műsor után a finom vacsoráról Popovicsné Évike élelmészvezetőnk, és Gyöngyike a főszakácsunk, és munkatársai gondoskodtak.

A hangosításról Labbancz Csaba gondoskodott. A technika segítségével

a kivetítőn bepillantást kaphattunk a nagycsoportosok projekt hetéről, az almasedéséről.

A sok szép tárgyi felajánlást 100,- Ft-os tombolajegyekkel vihették haza kedves vendégeink.

Szeretném megköszönni minden felajánlónak, aki tárgyi, pénzbeli, a vacsorához szükséges élelmiszerek, jótekonysági jegyek vásárlásával támogatták a bál megrendezését. Megköszönöm a kedves vendégeinknek, hogy megtisztelték bennünket, s elfogadták meghívásunkat.

Munkatársaimnak, szülőknek, gyerekeknek, akik szervezésben, lebonyolításban aktívan részt vettek.

Ilyen összefogással sikerült az eddigi bevételtől jóval nagyobb összeget kapnunk.

Az est tiszta bevétele: 305.100,- Ft

Az elmúlt évek báli bevételeinek összegeiből, az Alapítványunk számlájára utalt személyi jövedelemadó 1%-aiból (723 ezer Ft) szeretnénk végre az udvari játékokat bővíteni.

Pénzbeli felajánlók:

Barna Melinda, Deme Sándorné, Dr. Gutlébeth Linda, Fibi Sándorné, Gál Zoltán, Graczka Istvánné, Graczka Sándor, Harkály Gyuláné, id. Horváth András, Kiss Józsefné, Korpainé Dr. Berencsi Mónika, Mikovics Miklósné, Munkácsiné Kolozsi Katalin, Napfény Nyugdíjas Egyesület, Podlovic Imre, Vaszil József, Vincze Ferencné.

Tárgyi felajánlók:

Balogh Enikő, Barta Miklós Ferenc, Bazsó Istvánné, Bojtos Józsefné, Bojtos Julianna, bölcsőde dolgozói, Czeglédiné Hudák Zsuzsanna, Csatlós András Zsoltné, Dr. Gutlébeth Linda, Dr. Balogh Roland, Fazekasné Kató Maria, Fibi Sándorné, Frank Ibolya, Frank Sándor és neje, Gergely Gézőné, Habina Jánosné, Halász Melinda, Homonnai Csaba, Imre Gergő és Imre József, iskola dolgozói, Juszkó Józsefné, Katóné Vincze Judit, Kecskeméti Andrásné, Kolozsi Sándorné, Korpai Istvánné, Kósa Mónika, Kovács Miklós, Kövér Gyuláné, Labbancz Csaba, Márkus Gyula, Márton Ferenc, Mester János, Mészáros Csabáné, Molnár Andrásné, Molnárné Márta Erika, Németh Erzsébet, Németh József, Oláhné Durányik Judit, Popovics Krisztián, Román Józsefné, Sárosiné Márton Anna, Szociális Alapszolgáltatási Központ, Tarjányi Ferenc, Toma László, Tóth Zoltánné, Urr Zsuzsanna, Vargáné Fekete Szilvia, Vincze Zoltánné, Virágné Moldván Mária.

Beszállítóink:

Novaco Kereskedelmi Kft., Stuktúra Kft., Sváb-Gasztro Kft., Ta-Te Kft., Vass Istvánné.

Remélem jövőre is ehhez hasonló összefogásról, eredményekről számolhatunk majd be.

Graczka Istvánné
intézményegység vezető



Halottak napján virágot vittem szüleim sírjára a szülőfalumba. Már messziről láttam, hogy a sírnál kis gereblyével boronálja a sír környékét egy idősebb cigányasszony. Mit keres itt, kérdeztem? Visszakérdezett; – én ki vagyok – majd mesélni kezdett. Háború volt, a velem terhes anyám vízért ment a kútra. A vízzel tele kupával elesett, nem tudott felállni. Szemben, a másik oldalon a hentesüzlet előtt hosszú sor állt húserért, köztük Károly bácsi is, a maga édesapja, a tekintélyes szabómester is. Senki más nem mozdult a sorban, a maga édesapja kiállt onnan, felsegítette az anyámat, újból megtöltötte az edényt és elkísérte a közeli vendéglőig, ahonnan engem majd hazavittek. Az édesapja ezután visszament, újból beállt a sorba, s várta, hogy rákerüljön a sor. Amikor már nagylány lettem, akkor mesélte el édesanyám ezt a történetet. Először együtt, halála után már egyedül járok a sírhoz, s járnak majd az én gyermekeim is halálom után. Ugye nem baj? A meghatódottságtól nem tudtam szólni, csak a fejemmel intettem, hogy nem.

A második történet még régebbi. Egy családhoz voltam hivatalos Nyíregyházán, amikor bemutatkoztam egy idősebb asszonynak. Azonnal rákérdezett, csak nem az Oláh Károly szabómester fia Bujról? De igen, mondtam én. Ekkor mesélni kezdett.

Édesapám a fronton volt, anyám nagy szegénységben nevelt testvéremmel együtt. Közelgett a karácsony, apánk egy

ÉLETKÉPEK

Az én Apám!

régi nadrágját kellett átalakítani a bátyámnak, akkoriban ez elég gyakori volt. Közben beszélgettünk, kérdezett bennünket, a gyerekeket is. Mit hoz majd a Jézuska, s mi lesz majd a fa alatt? Kérdően néztünk az anyánkra, ő könnyezve válaszolt; nekünk most kenyérre sem futja. Együtt mentünk a megadott időpontban a nadrágért is – a szavát mindig tartotta – majd édesanyánk megkérdezte, mivel tartozunk? Az édesapja azt válaszolta, két pengő a munkadíj, de azért vegyenek most szaloncukrot, egyből fenyőágot, s talán így még kisebb ajándéokra is futja. Gyermekeim és unokáim is ismerik ezt a történetet. Legyen büszke az édesapjára, legyen olyan, mint ő volt.

A napokban szülőfalum díszpolgárára avatott és fogadott. Számtalan kitüntetés birtokosa vagyok, de ezek közül kettőre vagyok a legbüszkébb. Az egyik, amit a ma is bennem élő 1956-os forradalomban való aktív részvételért kaptam, a másik, amivel most szülőfalum megtisztelt. Ez utóbbira nem pártok, politikai szervezetek javasoltak, hanem egyhangúlag a település választott képviselői, s a mindennél többet jelentő falu lakossága.

Tisztában vagyok azzal, hogy az elismerés engem kötelez, mert ez nem csak az enyém, hanem többek között apámnak is szól. Megpróbálok miatta is megköszönni rá.

Oláh Gábor

Betekintés a bölcsődei életbe

A bölcsőde programjának alapelve, hogy derűs, szeretetteljes érzelmi biztonságot nyújtó légkör vegye körül a bölcsődés gyermekeket, mert biztonságérzet és szeretet kapcsolat nélkül nem nevelhetőek.

Szakmai programunk kiemelt területe a környezeti nevelés. A legkézenfekvőbb természeti környezet a bölcsőde udvara, ahol az évszakoknak megfelelő környezeti változásokat figyelhetjük meg a gyermekekkel. Most ősszel, például a fákról lehulló különböző színű és formájú leveleket,

amit együtt gyűjtögetünk a gyermekekkel és a csoportszobába is bevisszük, festegetjük, lenyomatokat készítünk róluk.

Olyan helyzetet teremtünk, ahol a természetes környezetben ismerkednek meg az őket körülvevő világgal. Ez igazi örömet ad, maradandó élményt nyújt. Közben sokat beszélgetünk, így ismereteket és szókincsüket is bővítjük. A manuális tevékenységek pedig a természetes anyagokkal való ismerkedésen kívül kézügyességüket is fejlesztik és esztétikai szempontból is kiemelt fontosságot kapnak. A csoportszobák dekorációi is mindig tükrözik az aktuális évszakok és közelgő ünnepek hangulatát.

Az őszi levonultát a Mikulás várás követi. Már szinte a napokban elkezdjük a Télapóról szóló történeteket, énekeket, verseket mondogatni, hogy mire a „nagy szakállú” megérkezik, a gyermekek felkészülve és csak is a „jóságos” oldaláról megismerve, félelem nél-



kül várják az ajándékokat és a csomagot, amit a Mikulás bácsi hoz el a bölcsődébe. Játékosan sok új ismeret birtokába jutnak, okosodnak, közben megtanulnak egymásra figyelni, alkalmazkodni egymáshoz. Nagyon sok területen önállóakká válnak, kialakul egy állandó napirend, ami nagyban megkönnyíti és zökkenőmentessé teszi majd az óvodába való beilleszkedést. Minden érdeklődőt szeretettel várunk, aki részese szeretne lenni a bölcsődei életnek.

Fazekasné Kató Mária
intézményegység vezető



VÉRADÓ ÜNNEPSÉG



A Magyar Vöröskereszt Szabolcs-Szatmár-Bereg Megyei Szervezete és Buj Község Önkormányzata 2011. november 21-én véradói ünnepséget rendez.

Az ünnepségre meghívást kapnak a község jubiláló véradoi, akik 10, 20, 25, 30 és 40 véradáson jelentek meg, kifejezve a Magyar Vöröskereszt és az Önkormányzat köszönetét ezért az áldozatos segítségnyújtásért.

TUDNIVALÓK A VÉRADÁSRÓL

- ◆ **A véradás** az a segítségnyújtás, amikor önkéntesen, saját vérünkkel csekély mennyiséget más személy számára felajánlunk úgy, hogy az alkalmas a beteg gyógyítására.
- ◆ **Véradó lehet mindenki**, aki egészséges, betöltötte a 18. életévét, de még nincs 65 éves, és a testsúlya meghaladja az 50 kg-ot. Nők évente háromszor, férfiak évente ötször adhatnak vért. Két véradás között minimum 56 napnak kell elteltetnie.
- ◆ **Mindig steril** vérvételi zsákba, egyszer használatos tű segítségével 4,5 deciliter teljes vért vesznek le (egy egység/1E), és egy keveset a vizsgálathoz mintacsövekbe.
- ◆ **A véradás 30–45 percet vesz igénybe**, adatfelvétellel és kivizsgálással együtt. Fontos a véradás előtti étkezés és folyadékfogyasztás, mely segít a véradás alkalmával levett plazma pótlásában. Ha megfelelő mennyiségű folyadék van a szervezetben, akkor az erek teltebbek, a véna jobban látható, gyorsabb a vérvétel.

VÉRADÁS = SZŰRŐVIZSGÁLAT

- ◆ **Független attól**, hogy a véradó hány-szor adott vért, minden alkalommal

megtörténik a vércsoport meghatározása valamint a kötelező tesztek (HIV, hepatitisz B, hepatitisz C, szifilisz) elvégzése.

A véradáskor szűrt betegségek közül legnagyobb valószínűsége a hepatitisz C-nek van. Ez nem más, mint a krónikus májgyulladás egy formája, amelyet egy vírus, az ún. hepatitisz C vírus okoz. Általánosan elfogadott nézet szerint minden ezer ember közül 3–4-ben megtalálható a vírus, de csak töredékük tudja ezt és jár kezelésre. Még ha Önnek nincsenek is panaszai, elképzelhető, hogy a vírus, mint alattomos kórokozó, ott lapul az Ön szervezetében. Jobb ezt minél hamarabb kimutatni, mert korai kezeléssel az esetleges súlyosabb májkárosodás megelőzhető! Ezért nagy segítség a vírus kimutatása a véradás kapcsán.

„Adj vért és ments meg három életet”

A levett vérből a vörösvérsejt koncentrátum, plazmakészítmények és vérlemezke-koncentrátum készül, így egy egység teljes vér 3 beteg életén segíthet.

A VÉRADÁS MENETE

- ◆ Ön megadja személyi adatait a nyilvántartáshoz, majd kitölt egy kérdőívet az egészségi állapotáról.

- ◆ Az adatfelvételhez a személyi igazolványra és TAJ kártyára feltétlenül szükség van.
- ◆ Külföldi állampolgár csak útlevéllel és magyar TAJ kártyával jelentkezhet véradásra.
- ◆ Elfogyaszt egy-két pohár teát, hogy a leadandó folyadékot előre pótolja szervezetében.
- ◆ Orvosi és laboratóriumi vizsgálat következik.
- ◆ Ha minden rendben, Ön kényelmesen elhelyezkedik a vérvételi ágyon. A steril vérvételi zsákba 5–10 perc alatt leveszik a vért. Kérjük, utána még pihenjen egy kicsit!

A véradásra soha ne jöjjön éhgyomorral! Segítségét előre is köszönjük!



(Forrás: Magyar Vöröskereszt kiadványa)

Vargáné Bukai Andrea
Szociális Alapszolgálati Központ



Szeretettel meghívjuk

ISKOLAI JÓTÉKONYSÁGI BÁLRA

A II. Rákóczi Ferenc Általános és Művészeti Iskola, Óvoda, Bölcsőde, Könyvtár tornatermében

Időpontja: 2011. december 3. (szombat) 19 óra

Belépőjegy ára: **2.500,- Ft** (a vacsora árát is tartalmazza)

A vendégek szórakoztatásáról a Gönczi Duó gondoskodik.

Jegyek csak elővételben, az iskolában kaphatók. • Vacsora, zene, tánc, tombola

AZ ISKOLASZÉK és a BUJI ISKOLÁSOKÉRT ALAPÍTVÁNY

FELHÍVÁS!

Értesítjük a Tisztelt szülősgazdákat, hogy **2011. november 29-én 15.00 órai kezdettel a Községi Házban** szülőpásztor választást és megbeszélést tartunk!

Pásztorgazdák

DSE SPORTHÍREK

3 győzelem, 1 döntetlen, 1 vereség az eddigi mérleg

Az idei tanévben két versenysorozatban is elindulunk a kézis lányokkal. A Magyar Kézilabda Szövetség által meghirdetett bajnokságban már meg is kezdődtek a küzdelmek.

A III. korcsoportosoknak (5–6. osztályosok) Mátészalkán rendezték meg az 1. fordulót. A hazaiak fölényesen győztek le minket, illetve Kisvárdát is. Látszott rajtuk, hogy már évek óta együtt játszanak, szemben a mi két hónapos munkánkkal. Sajnos nehéz így jó eredményt elérni azokkal a csapatokkal szemben, akik már alsó tagozatban is komoly edzőmunkát végeznek. A csoport második helyéért Kisvárdával mérkőztünk meg. Nagyon izgalmas és eseménydús félidők után végül a mi kezünk emelkedett a magasba. 11:9-re győztük le őket, köszönhetően Bodnár Eszter gólerős játékának. Varga Adrienn is fontos gólokat dobott, míg a kényszerből kapusként szereplő Alajtnér Rebeka (a két kapusunk nem tudott eljönni) teljesítménye is kiemelendő. A többiek közül viszont sokkal többet várok, és remélem a visszavágóra az edzéseken mutatott bátor játékot fogom látni.

A csapat tagjai: Alajtnér Rebeka (2 gól), Bodnár Eszter (8), Csatlós Ágnes, Fedor Melinda, Habina Adrienn, Kocsis Krisztina, Koós Martina, Nagy Henrietta, Radó Krisztina, Sváner Livia (1), Tóth Livia, Varga Adrienn (2).



A IV. korcsoportosoknak (7–8. osztályosok) Demecserben kellett megmérkőzniük az 1. fordulóban. 5 csapat (Buj, Fehérgyarmat, Ibrány, Kállósemjén, Mátészalka) küzd a két továbbjutó helyért 4 fordulón keresztül. Ezekre a mérkőzésekre a nyírszölősiek ellen egy edzőmeccsel hangolódunk és sikerült is szép játékot bemutatva fölényesen győznünk ellenük (35:17). A sorsolásunknak köszönhetően először Ibrány ellen léptünk pályára. A két csapat már évek óta folyamatosan küzd egymás ellen és így volt ez most is. A lányok szép támadásokat bemutatva az elején elhúztak az ibrányiaktól, de később fej-fej mellett haladtak a csapatok. A végére kétfólos hátrányba kerültünk, de bátor betörésekből sikerült kiegyenlítenünk, sőt a győztes gólt is megszerezhettünk volna. 9:9 lett a vége, vagyis majd a visszavágón dőlhet el a 2. hely sorsa... A következő mérkőzésünket Mátészalka ellen játszottuk és nem kis meglepetésre 15:8-ra legyőztük őket. A kapusa-

ink jól védtek, míg támadásban nagyon összhangban voltak a lányok. Az 1. forduló után elmondható, hogy Fehérgyarmat kiemelkedik a mezőnyből, míg a 2. helyért két csapat ellen kell megküzdenünk. Remélem a következő alkalommal Kállósemjén és Fehérgyarmat ellen is sikerül eredményesen szerepelnünk.

Eredmények:

Buj-Ibrány	9: 9
Buj-Mátészalka	15: 8
Fehérgyarmat-Ibrány	27: 8
Mátészalka-Kállósemjén	13:11
Fehérgyarmat-Kállósemjén	27: 7

A csapat tagjai: Benyusz Enikő (3 gól), Bodnár Eszter (1), Csiki Alexandra, Fedor Judit, Korpai Angéla (5 gól), Kovács Dóra (7), Lovas Adrienn (2), Lovas Evelin, Marsó Lilla, Nyerges Flóra (5), Radó Ramóna (2), Szabó Zsófia.



Az eredményekhez mindenkinek gratulálunk!

Popovics Norbert DSE elnök

Labdarúgás őszi eredményei

I. korcsoport – 2011.10.27., Nyírbogdány

Az idén ősszel megkezdődtek a diák-olimpia fordulói, amit a legkisebbekkel kezdtünk meg Nyírbogdányban. Csapatunk mindkét mérkőzésen próbálta kihozni magából a maximumot, de ez csak a tisztes helytálláshoz volt elegendő. Megjegyezném, hogy csapatunk egy ember kivételével, egy évvel fiatalabb volt a másik két csapatnál. Fizikálisan sem tudtuk felvenni a versenyt az ibrányi és a nyírbogdányi fiatalsággal. Talán majd tavasszal sikerül szorosabb eredményt elérni. Gratulálni tudok mindenkinek, mert becsülettel küzdöttek a buji fiúk.

Csapat tagjai: Gergely Á., Szabó L., Kanalas L., Pataki I., Nagy Z., Orosz M., Kocsis K.

Eredmények:

1. Nyírbogdány–Ibrány 1:3
 2. Ibrány–Buj 3:0
 3. Buj–Nyírbogdány 1:5
- Gól: Kanalas L.



III. korcsoport – 2011.10.28., Ibrány

A kicsik után a nagyok is megmutathatták, hogy mire képesek, mert másnap

már Ibrányban volt jelenésünk. Izgatottan vártuk az előttünk lévő két mérkőzést. Első meccsünkön több góllal is nyerhettünk volna, de sajnos a kihagyhatatlant is kihagytuk. Szerencsére Patrik csodálatos szabadrúgás góljával sovány egy nullával mehettünk pihenni. Paszab ellen átmenttük azt a formánkat, ami Ibrány ellen is jellemezte a csapatot, kapussal szemben 6–7 százalékos helyzet maradt ki, plusz egy büntető. De a sok helyzetek közül egyet csak sikerül begyötörni és legyőzni a paszabiakat. Gratulálok mindenkinek, aki egy kicsit is hozzájárult a csapat sikereihez, folytatás tavasszal.

Csapat tagjai: Radó M., Bancsók S., Bodnár M., Szepesvári P., Homonnai N., Csikós D., Henyusz G., Popovics B., Zson K., Mészáros T., Fazekas J.,

(folytatás a 8. oldalon)

Eredmények:

- Ibrány–Buj 0:1 (0:0)
Gól: Szepesvári P.
- Paszab–Ibrány 4:0
- Buj–Paszab 1:0 (0:0)
Gól: Bancsók S.

II. korcsoport – 2011.11.10., Ibrány

Az őszi szünet után meglehetősen csipős, hideg, szeles időben került sor az első fordulóra. Elsőnek Ibránnal kezdtünk és csodaszép játékkal sikerült magabiztosan nyernünk.

Rögtön az ibrányiak után Nagyhalász már nagy fialatnak bizonyult. Az első fél-

időben széjjel szemben, elfáradva nagy vereséget mért ránk az egyáltalán nem jobb ellenfelünk. A fiúkat így is dicséret illeti, mert fáradtan is nagyot küzdöttek. Remélem, hogy tavasszal mindkét meccsünket sikerül megnyerni.

Csapat tagjai: Radó A., Ádám T., Nagy D., Jónás Z., Szabó D., Varga D., Szabó B., Tóth I., Sándor D., Bodnár J.

Eredmények:

- Ibrány–Nagyhalász 2:2
- Buj–Ibrány 3:1 (1:1)
Gól: Radó A. (2), Ádám T.
- Nagyhalász–Buj 5:0 (3:0)



Mester János
testnevelő

TÉLI DEPRESSZIÓ

Vannak jó néhányan, akik a nyarat szeretik, akiknek hiányzik a napfény és télen nehezükre esik kimozdulni, társaságba menni, reggel felkelni. Valahol itt kezdődik a téli depresszió!

Melyek a tünetek?

A téli vagy más néven szezonális depressziónak tipikus tünetei vannak. Ősztől tavaszig tart és a klinikai depresszió számos tünetét tartalmazza. Jellemző tünet a fáradtság, az aluszékonyság, a kedvtelenség. Az emberek visszahúzódnak, nem élnek úgy társasági életet, mint a nyári időszakban. A korai sötétedés csökkenti az emberek kedvét a munka utáni programokra, találkozókra. A téli depresszióra jellemző, hogy enyhül amint kisüt a nap. Az idő javulásával párhuzamosan a kedélybeteg ember hangulata egyre jobb lesz, tavasszal szinte új erőre kap. Ha azonban súlyosbodnak a téli depresszió tünetei és a beteg kerüli a társaságot, hanyagolja a hobbiját és gyakran sírva fakad valamint motivációja nagymértékben lecsökkent, ezek mind olyan jelek, melyekre kellő figyelmet kell fordítani!

A téli depresszió oka: fényhiány?

Igen, mert a fényhiány, a napsütés hiánya közvetlenül hat a kedélyállapotra. A melatonin a tobozmirigy által termelt hormon, mely a napszakokhoz alkalmazkodó természetes alvási ciklus fenntartásáért felelős. Sötétben a hormon kiválasztása növekszik a szervezetünkben, míg a fény gátolja a termelődését. Vizsgálatok tanúsága szerint ez a hormon hozzájárul a téli depressziós tünetek kialakulásához.

A fény a szemem keresztül jut el az agyba, így az gátolja vagy mérsékli a hormon termelődését. Ily módon működik az

egyre ismert fényterápia is. Tanácsos elsősorban a téli napsütésben sétálni, mert egy óra napfényes séta olyan hatásos a kutatások szerint, mint két és fél óra fényterápia. Aki tehát teheti, minél többet legyen szabad levegőn! A fényterápia is szóba jöhet, mint lehetséges kezelés, de sajnos nem olcsó mulatság és több kezelés szükséges, mire valaki érzi a változást. A trópusokra való utazás is nagyszerű terápiás módszer lenne, ha támogatná a TB.

Mi segíthet leküzdeni vagy megelőzni a tüneteket?

Étekezés – Váltuk fel a cukros nassolnivalókat dióra, mogyoróra, tökmagra, egyéb magokra és szárított gyümölcsökkel! Sok vitamin van a káposztafélékben és a hagymafélékben is, ráadásul utóbbi véd a rossz baktériumok ellen – főleg a fokhagyma, így természetes antibiotikum megfázás idején.

Gyógynövények és étrend-kiegészítők – Enyhe esetekben illetve kiegészítésként segíthetnek rajtunk a gyógynövények. Tarthatunk egy kúrát belőlük ősztől tavaszig. Ezek alkalmazhatóak idegnyugtatóként és természetes antidepresszánsként: az orbáncfű, rhodiola rosea, macskagyökér, withania somnifera, citromfű, komló, galagonya, gologota, szúrós gyöngyajak, cikafarkfű. Azonban a legjobb hatást akkor érzük el, ha teakeveréket készítünk és abból főzünk teát, így növeljük a hatékonyságot. (Ilyenkor több teafüvet kell összekeverni és abból készíteni a főzetet.). A vitaminok és ásványi anyagok közül a legjobb, ha C-vitamint, a cinket, a magnéziumot és a B komplexet biztosítjuk, így egyéb betegségekkel szemben is nagyobb védekezőképességünk lesz a téli hónapokban.

Dr. Balogh Roland
házi orvos

**Buj község önkormányzatának lapja**

Felelős kiadó: **Barta Miklós Ferenc** polgármester • Felelős szerkesztő: **Mikóvics Miklósné**

Tanácsadó szerkesztő: **Béres Csaba** • Fotók: **Mester János**

Munkatársak: **Dr. Balogh Roland, Fazekasné Kató Mária, Graczka Istvánné, Mester János, Munkácsiné Kolozsi Katalin, Dr. Németh Károly, Oláh Gábor, Popovics Norbert, Varga János, Vargáné Bukai Andrea**