



# Berczeli

TISZABERCSEL KÖZSÉG  
ÖNKORMÁNYZATÁNAK  
HIVATALOS LAPJA

Őn a Berczeli Napló 109. számát tartja a kezében.

XIII. évfolyam 3. szám, 2008. június

# NAPLÓ



## A mi

Rovatvezető: Száraz Lászlóné ig. h.



Az oldal mottója:

*„Vigyél a suliba tölcserért.  
Hogy a tudást a fejedbe töltsék,  
Mert ha mellé megy, az költség.”*

## NAPLÓNK

# BALLAGÁS 2008

Június 18 – án bensőséges ünnepség keretében búcsúztattunk 16 végző tanulót. További életükhez, álmaik megvalósításához sok sikert kívánunk.

A ballagók névsora:

1. Arany Tünde
2. Bodnár Nóra
3. Borek János
4. Budai Anita
5. Budai Marianna Tímea
6. Fintor Erzsébet
7. Hajnal Imola
8. Hocza Erika
9. Kántor Tamás
10. Lakatos Dezső István
11. Lakatos Nikolett
12. Mészáros Kata
13. Nagy Zsuzsanna
14. Szendrei Béla Richárd
15. Váraljai János
16. Vedres Gergő



# ÉVZÁRÓ ÜNNEPSÉG



A tanévzáró ünnepélyel végleg lezártuk a 2007 / 2008 – as tanévet. A sikerek mellett sajnos kudarcokról is be kellett számolnunk, hiszen többen osztályismétlésre, vagy javítóvizsgára „kötelezték magukat”. Reméljük, a mostani sikertelenség nem veszi el a kedvüket a tanulástól, és jövőre több szorgalommal, több akarással eredményes lesz a tanévük.

A tanévzárón búcsúztattuk az SZMK – elnöki tisztségről leköszönő Mészáros Lajosnét, aki hosszú éveken át segítette a Szülői Munkaközösség és az iskola együttműködését. Lelkes, igényes munkáját ezúton is köszönjük, és további életéhez erőt, egészséget kívánunk.



A jutalomkönyvnek minden megajándékozott gyereknek örült



## Országos Kompetenciamérés

4. 6. és 8. osztályos tanulóink vettek részt ezen a mérésen, ahol szövegértési, matematikai és logikai feladatokat kellett megoldaniuk.

A szülők jövő év februárjában elektronikus úton szerezhetnék tudomást gyermekeik teljesítményéről.

A nyári szünetben is ingyen ebédelhet 85 tanuló egy sikeres pályázatnak köszönhetően.

A legszorosultabbak július 25 – ig naponta meleg ebédet kapnak – hétfélig (péntek) konzervek formájában kapnak ellátást. Az ebédelést beosztott nevelők felügyelik.

Sikeresek voltak az év végi kirándulások. Több osztály volt Szilvásváradon, Sóstón, voltak, akik az Ibrányi Helytörténeti Múzeumot, mások a nyíregyházi botanikus kertet keresték fel. Akárhol voltak, biztos, hogy élményekkel, új ismeretekkel gazdagabban tértek haza.

## Hírek iskolánk életéből

Az év vége közeledtével megsokasodtak a tennivalók, az események a suliban.

Május 23 – án visegrádi jutalomkiránduláson vehettek részt a legjobbak a közösségért, az iskoláért legtöbbet vállalók.

Élményekben gazdag nap volt. Láthattunk selymázbemutatót a vár tövében, megcsodálhattuk Mátyás palotájának maradványait, vítezi játékokat láthattuk a Salamon – toronyban, sétahajózártunk a Duna – kanyarban, finom ebéd várt a Duna – parti vendéglőben. A táj szépsége mindenkit magával ragadott.

Hazafelé még jutott idő Szentendre történelmi belvárosát megtekinteni, és ki nem hagytuk a Marcipán – Múzeumot, ahol csodálatos tárgyak keltek életre – mind – mind marcipánból.

Úgy gondolom, a résztvevők számára sokáig emlékezetes marad ez a nap – melyet a gyerekek nevében ezúton is köszönöm.

## Gyermeknap

A jól bevált, hagyományos formában tartottuk a gyermeknapot május végén.

Az évfolyam legjobbjainak járó oklevelek kiosztásával, a különböző, egész éven át tartó versenyek / tisztaság, magatartás, stb. / értékelésével kezdődött a nap. A legjobb közösség címért járó vándorserleget a 8. osztály kapta, a tanulmányi versenyben a legeredményesebb Korsoveczki Gyula 6. osztályos tanuló lett, ő a polgármester Úr különdíjába részesült.

Miután minden díj gazdára talált, megkezdődtek az akadályversenyek – az iskola területén a kicsiknek, kincs, a faluban pedig a nagyoknak. Közben két üstben rotyogott a finom babgulyás, és a „gyerekpróbáló” akadályok után jólesett az ebéd, és a jutalmul kapott jégkrém.

Csak a lelkesedés volt „lanyhább,” mint azt megszoktuk. Pedig mi, nevelők, mindent megtettünk a jó hangulatért. De hát miért nem tud már örülni egy gyerek a jutalmul kapott csokinak vagy narancsnak? Reméljük azért a többség örült.



# Nyugdíjasélet

**Rovatvezető: Zsiros Antalné egyesületi elnök**

Tiszadobról sok-sok emlék tódul elő bármikor hallom a nevét. Ifjúság, romantika, főiskolai gyakorlat, na meg a „Zongora ünnepe keleten”, legutóbb pedig a Megyei Nyugdíjas Szövetség június 20-án rendezett nagyszabású ünnepélye.

Ott ültünk mi is a hatalmas virágzó hársfák árnyékában – szemben a monumentális Andrassy-kastélyal- s hallgattuk a nagy sikerű előadásokat, és eltöltöttünk egy kellemes napot a 2000 nyugdíjossal együtt.

Köszönjük Vargáné Berencsi Ágnes igazgatónőnek, hogy az iskola buszával (Nagy István sofőrrel) már 1/2 10-kor a helyszínre érkeztünk. Köszöntötte a nagyszámú közönséget Szabó Pál, a Szabolcs-Szatmár-Bereg Megyei Nyugdíjas Szövetség alelnöke, Bán György Tiszadob polgármestere, megnyitó ünnepi beszédet Seszták Oszkár, a megyei közgyűlés elnöke mondott.

Az elhangzott előadások a nagy meleg ellenére is mindenki érdeklődését elköltötte.

A Nyíregyházi Főiskola rektora, Dr. Jánosy Zoltán az oktatás szerepéről, a nyíregyházi főiskola társadalmi szellemiségéről tartott előadást.

Az Észak-Alföldi régió és a Tisza-táj fejlesztéséről Gazda László, az Észak-Alföldi Regionális Fejlesztési Tanács elnöke tartott ismertetést.

Karázs Lajos államtitkár, az Országos Idősügyi Tanács titkára – az idő-



sek, a nyugdíjasok jelene, jövője, a nyugdíjasok biztonsága témában foglalta egybe fontos mondanóját.

A remek helyi műsor után – óvodások – ált. iskolások és nyugdíjasok fellépése következett, majd az ebéd elfogyasztása után zene, tánc, szórakozás vette át a főszerepet. Közben a nyugdíjas egyesületek megismerkedhettek a kastély és Tiszadob történetével.

A Berczeli Naplóban közkinccsá tesszük ezt a szép történelmi áttekin-tést.

## TISZADOBRÓL

A településre látogatók már több napot is eltölthetnek mind az épített emlékek, mind a természeti látnivalók, holtágrendszer, természetvédelmi területének megtekintésével.

Kiváló horgászhelyek és a gyönyörű környezetben kiépített szabadstrand bővítik a szórakozás, kikapcsolódás lehetőségeit. Kellemes környezetben a falusi turizmus keretében működő szálláshelyeken, valamint az Andrassy kastélyban, akár luxus körülmények között pihenhetnek a vendégek. A nagyközség Szabolcs-Szatmár-Bereg megye legnyugatibb részén, a kanyargó Tisza partján, három oldalról a folyó- és a Holt-Tisza által körülvett félsziget-szerű dombon terül el. A település történetének talán legjelentősebb eseménye a Tisza szabályozása. 1846. augusztus 27-én megkezdődött. Ünnep-ség keretében Széchenyi István első kapavágásával megindította a

szabályozás nagy munkáját. Megkezdtek Dob és Polgár között a gát építését, és ezzel egy időben az első tiszai átmetszést a pontonhídtól lefelé

Tiszaszederkény /Tiszaújváros/ közelében lévő Sajó-torkolatig. A gátat Széchenyi-gátnak nevezték el akkor.

1865-ben avatták fel a legnagyobb magyar szabályozási emlékművét.

Az emlékmű köré telepített ligetben szép, évszázados tiszafákat, Virginiai borókafenyőket, hársakat, juharokat láthatunk. Széchenyi Tisza-szabályozási emlékműve mellett nem hagyhatjuk szó nélkül munkatársai emlékműveit, azokét, akik nagy munkája megvalósításában segítségére voltak.

I. Andrassy Gyula emlékművét 1909-ben emelték, mely Sárkány István budapesti szobrászművész alkotása. Egy mesterségesen képzett kis halom tetején áll az Ármentesítő Társulat által építtetett mű. A szemcsés homokkőből emelt magas, háromszlopos pilon (nagy teherbírású tömör oszlop) mintha három emberi kar Széchenyi, Vásárhelyi, Andrassy emlékét jelképezné. Ezek egy vörösréz gömböt a Földünket tartják.

Azt az eszmei gondolatot fejezi ki, hogy a Földön élő ember a természet fölött áll, s tudásával, szorgalmával a vad elemeket is legyőzheti.

Vásárhelyi Pál emlékművét 1962-ben avatták fel, az Országos Vízügyi Hivatal emeltette. A szobor és a mellvéden lévő dombormű Grantner Jenő, Munkácsy-díjas szobrászművész alkotása. A dombormű a szabályozási munkamozzanatokat ábrázolja. Vásárhelyi szobra alatt Vörösmarty Mihály sorai olvashatóak:

„Hallom-e még zúgásaidat, Tisza féktelen árja! Látom-e, zöld koszorús róna virányaidat? Eljön-e délibáb tündérpalotáival ólom Képeihez, szebbnek festeni a honi tért? Óh, siket és vak a föld, de a nemzetem egykor idézné Hú nevemet, lelkem hallja s megérti e szót”

## Az Andrassy –kastély

A műemlékek közül elsőként kell megemlíteni az Andrassy -kastélyt. A kastélyt id. Andrassy Gyula gróf 1880-1885 között építtette a francia gótika stílusban. Az építmény parkjával együtt műemléki védelem alatt



áll. Tervezője egyes vélemények szerint a német származású Meinig Artúr volt, mások Alpár Ignáccal hozzák kapcsolatba. Hagyományok szerint a kastélyt Erzsébet királyné tiszteletére a Loire menti kastélyok mintájára készítették. Különlegessége az épületnek, hogy a négy évszaznak megfelelően négy bejárata, a tizenkét hónapnak megfelelően tizenkét tornya, ötvenkét szobája (egy év ötvenkét hétből áll), és háromszázhatvanöt ablakszeme van.

A kastély szépségét csodálatos környezet növeli. Északi oldalát még most is pompás látványt nyújtó buxus-labirintus - más néven az angolpark - övezi, délen franciapark, keletről a Tisza, északon és nyugaton mintegy ötszáz hektáros parkerdő fogja körül. A kastélyban jelenleg apartmanok és vendégszobák vannak kialakítva, nagy termeiben rendezvényeket és konferenciákat tartanak.

Az impozáns látványú fölépcsős ház „lovagterem” bordás hálóboltozata díszes kőágyon nyugszik, benne gót betűs latin feliratú kandalló található. A nehezen olvasható díszes feliraton a „Fidelitate et fortitudine” (hűséggel és bátorsággal) szöveg olvasható. A nagyszalomban két látványosság is várja a látogatókat: egy díszes fafaragással borított kandalló, és Péli Tamás cigány festő teljes falfelületet beborító festménye, melyen az emberi küzdelmek gyötrelmeit, gyönyöreit és hiedelemvilágot festett meg lenyűgöző látványossággal. (A kép kilenc méter széles és négy méter magas.) A festő a képen megfestette édesapját, feleségét és önmagát is. A kastély 1918-tól 1944-ig majdnem üresen állt, 1944-ben román katonai kórház volt, 1945 közepétől a Bel-



ügyminisztérium osztrák gyerekeket üdültetett itt, 1948 nyarán görög antifasiszta szülők gyermekei részére rendeztek be itt otthont. 1950-től lett állami gondozott gyermekek otthona. Az utóbbi időkben Tiszadob nagyszerű kulturális hagyományt teremtett a „Zongora ünnepe keleten” komolyzenei fesztivállal, amelyen világhírű művészek lépnek fel. Ezt a rendezvényt a kastély keleti oldalán lévő kastélyparkban rendezik meg. Maga a kastély szállodaként működik.

### Kivonat a személyi jövedelemadóról szóló többször módosított 1995. évi CXVII. törvényből és az adózás rendjéről szóló többször módosított 2003. évi XCII. törvényből

#### 1995. évi CXVII. törvény 74. §-a

„(1) Ha e törvény másként nem rendelkezik, a magánszemély termőföld-bérbeadásból származó bevételének (ideértve a földjáradékot is) és más ingatlan bérbeadásából származó bevételnek az egésze jövedelem, amely után az adó mértéke 25 százalék.

(2) Mentés az adó alól a termőföld-bérbeadásból származó bevétel, ha a termőföld haszonbérbeadása alapjául szolgáló, határozott időre kötött megállapodás (szerződés) alapján a haszonbérlet időtartama az 5 évet (az adómentességet feltételül szabott időtartam) eléri.

(3) A magánszemély köteles a (2) bekezdés szerinti mentesség alapján korábban meg nem fizetett adót késedelmi pótlékkal növelt összegben a szerződés megszűnése éve kötelezettségeként megállapítani, bevallani és megfizetni, ha a mentesség alapjául szolgáló szerződés az adómentesség feltételül szabott időtartamon belül bármely okból (ide nem értve a szerződő feleken kívül álló okot, valamint a haszonbérleti szerződés azonnali hatályú felmondását) megszűnik.

(4) Az (1) bekezdés rendelkezése nem alkalmazható, ha a magánszemély e tevékenységét egyéni vállalkozóként végzi, ha a fizetővendéglátó tevékenységet folytató magánszemély a tételes átalányadózást választotta, valamint a falusi

vendégfogadás esetében, ha az e tevékenységből származó bevételre a törvény adómentességi szabálya érvényesíthető. A falusi vendégfogadás adóköteles bevételéből csak a szállásadás bevételére alkalmazható az (1) bekezdés rendelkezése.

(5) A termőföld-bérbeadásból származó jövedelem adókötelezettségére vonatkozó szabályokat az adózás rendjéről szóló törvény határozza meg.”

#### 2003. évi XCII. törvény 176. §-a

„(3) A termőföld bérbeadásából származó jövedelem (ideértve a földjáradékot is) adóztatása a föld fekvése szerint illetékes önkormányzati adóhatóság feladata. Az ebből származó valamennyi bevétel az önkormányzat költségvetését illeti meg, és az az önkormányzattól nem vonható el.

(4) A termőföld bérbeadásából származó - a személyi jövedelemadóról szóló 1995. évi CXVII. törvényben meghatározott - jövedelem adóját a magánszemély megállapítja, továbbá a föld fekvése szerint illetékes önkormányzati adóhatóságnál bevallja és megfizeti (önadózás). A termőföld bérbeadásából származó jövedelem bevallását a magánszemély az erre a célra rendszeresített nyomtatványon a jövedelem megszerzésének évét követő év március 20-ig teljesíti. Amennyiben a magánszemély több önkormányzat illetékességi területén szerez bevételt termőföld bérbeadásából, az adóbevallást és adófizetést önkormányzati adóhatóságoként külön-külön kell teljesíteni. A főváros esetében a föld fekvése szerint illetékes önkormányzati adóhatóság alatt a fővárosi önkormányzat főjegyzőjét kell érteni.

(5) Ha a termőföld bérbeadásából származó

bevétel kifizetőtől származik, az adót a kifizető állapítja meg, vonja le, vallja be, és fizeti meg. Nem terheli a kifizetőt haszonbérbeadás esetén az adómegállapítási kötelezettség, ha a magánszeméllyel az adómentesség feltételül szabott időtartamra kötött haszonbérleti szerződést.

(6) A (4) bekezdésben foglaltaktól eltérően nem kell adóbevallást tenni annak a magánszemélynek, akinek termőföld bérbeadásból származó jövedelme kizárólag kifizetőtől származik és a kifizető az adót levonta, vagy a termőföld bérbeadásából származó jövedelme mentes az adó alól.

(7) Ha a magánszemélynek termőföld bérbeadásból olyan bevétele, jövedelme keletkezik, amely nem kifizetőtől származik, vagy a kifizető a jövedelem juttatásakor az adót levonni elmulasztotta, vagy a kifizető a bérleti díjat természetben fizette meg, a vagyoni érték után az adót a magánszemély a jövedelem megszerzésének negyedévéét követő hó 12-ig fizeti meg.

(8) Ha az adómentesség feltételül szabott időtartamra kötött haszonbérleti szerződés ezen időtartam lejártá előtt adófizetési kötelezettséget keletkeztető módon megszűnik, az adót a magánszemély a (4) bekezdésben meghatározott szabályok szerint állapítja meg, vallja be, és fizeti meg.

(9) A kifizető a termőföld bérbeadásából származó jövedelemből levont adót a föld fekvése szerint illetékes önkormányzati adóhatósághoz utalja a kifizetést követő hó 12. napjáig. A levont adóról a kifizető adóbevallását a föld fekvése szerint illetékes önkormányzati adóhatósághoz az adóévet követő év február 15-ig nyújtja be.



## Községünk szülötte: Gönczi István

hatott s akkor újra kellett kezdeni az egész műveletet. Még nehezebb volt, amikor egy teknővájó cigánynak egy teknővájó fejszét készített. Ezt

Ezt a riportomat községünk szülöttével, egyedüli kovácsával, kedves szomszédoddal, Gönczi Istvánnal készítettem el. 1948 május 20-án született Nyíregyházán. Szülei földművesek voltak. Édesanyja Vass Margit. Édesapja Gönczi Sándor. Egy fiú testvére van Sándor. A termelőszövetkezet megalakulásával mind a ketten ott dolgoztak, édesanyja, mint bedolgozó, majd édesapja Nyírbélteken volt egységvezető 3 évig. Tanulmányait Tiszabercelen végezte, tanárai között voltak: Nagy Éva, Bíró Sándorné, Csikós József. Általános iskolai tanulmányait befejezve már gyermekként vonzódott a „vasas” szakmához. A konzervgyárba is jelentkezett, de mikor meghallotta, hogy Rendes József mesterember mellett van egy hely inasnak, nem sokat gondolkodott, mellé szegődött. Szerződését 3 évre kapta s ez idő alatt mindent megtanult a szigorú, de nagyon rendes mestertől. A munkájában is elismert Rendes József szinte fiaként nevelte, megbízott benne, még kulcsot is adott számára, ha nem voltak odahaza. A kovácsmesterség szép, de nagyon nehéz munka, főleg nyáron. Égő tűz mellett, 30 – 35°C melegben 5 – 6 kg – os kalapáccsal kellett dolgozni. Első nagy élménye az volt, amikor önállóan megpatkolt egy lovat, hiszen nem is olyan könnyű, ha belegondolunk egy élő állatba beleütni egy szeget, úgy, hogy az ne fájon neki. Számára minden érdekes volt, amit először csinált, főleg, ha sikerült is neki. A legnehezebb művelet a ráfólas volt. Egy szuszra kellett elkészíteni. Ez a szekér kerekén lévő vasráf alakítását jelenti, ami ha behajlott, meg kellett javítani, ki kellett „kovácsolni”. Vagy a szekérekereket kellett körbecsavarni, vagy ki kellett vágni belőle, meg kellett a tűzön forrasztani, akkoriban ez a szabdützet jelentette, s csak ezután, tehették rá a kerékre, vízben lehűtötték, ami szét is pukkad-



kézzel kellett kikovácsolni. Az éle felőli részketté kellett vágni és az acélt beleforgatni. A munkaidő reggel fél 5 – 5 órától tartott este 8 – 9 óráig. Igaz, 8 órát kellett volna ledolgozni, de soha nem volt ez betartva a sok munka miatt, hiszen Rendes Józsa bácsi volt a faluban az egyedüli kézipáros. A „tanácsnak”, a közembereknek mindent ők csináltak. A nap befejezésével pedig rendben kellett hagyni a műhelyt, a szerszámokat a helyére tenni, felseperni, fellocsolni, salakot kivinni csak utána lehetett a kulcsot átadni a mesternek, majd hazamenni. Manapság ez már nem tűnik nehéz mesterségnek, de hegesztő-, esztergagép nélkül kétkézi munkával nagyon nehéz volt. Inasévei alatt megszerezte jogosítványát motorból, személy – tehergépkocsiból, ezt is mesterének köszönhettem, hogy elengedte fél napokra, Nyíregyházára, tanfolyamokra. 3 év után véget értek az inasévek, sikeresen leszakvizsgázott. Gávavencsellőre került, ahol traktorosként dolgozott 1966. novemberéig, majd bevették katonának. Több helyen is katonáskodott: Nagykanizsa, Székesfehérvár, Csongrád, Várpalota. 1968. októberében szerelt le, de több-

ször is, egy évben háromszor – négyszer is visszahívták tartalékosnak, majd 1974 – ben hosszabb időre a Kiskunfélegyházi felderítő-csoport parancsnoka. 1968 – ban véglegesen leszerelt s a TEFU – hoz került. Egy évet töltött csak itt, hiszen ez egy csavargó élet volt, volt, amikor egy hónapig sem jöhetett haza. Vencsellőn, majd Buján helyezkedett el. Főképp a műhelyben szorgoskodott, de volt traktoron, rakodó gépen is. A nagy árvíz után ők készítették a töltést.

1972 – ben házasságot kötött Kövér Leonával. Két gyermekük született, 1973 – ban Ágnes, 1976 – ban pedig István. Mindkettőjük már elkerült a családi háztól s két – két unokával, Lilivel és Krisztiánnal illetve Boglárkával és Leventével örvendeztették meg a nagyszülőket. 1978 – ig a Nyíregyházi tanács – építőkhöz került, mint gépkocsivezető majd hazatérve a termelőszövetkezetben dolgozott. 1992 – ben egészségügyi állapotának romlása miatt leszázalékolták. Kisebb, apró – cseprő dolgokat még elvállalt otthon, amíg bírta. Ma már inkább csak kertészkedik, s nagy szeretettel várja hétfőgként unokáit.

Köszönöm a beszélgetést s Isten áldását kérem további életére.

### „Gondolatok”

Én sohasem akartam igazán jó, vagy rossz lenni, csakis önmagam adni. Vannak emberek, akik szerint jó, ha csakis önmagam adom. De vannak olyanok, kik arra kérnek, változzak, ha közéjük akarok tartozni. Váltottam néhány ember kedvéért, hisz ha az ember barátokat akar, sok mindent megtesz érte. De idővel rájöttem, ha valaki nem tud elfogadni olyannak amilyen vagyok, az nem is akarja igazán, hogy barátok legyünk. Ha változnék, az mindegy lenne, hisz nem engem kedvelne, hanem akivé változtam.

Ezért üzenem mindenkinek: „Ne változz, csak is magadat add!”

Ezen túl én is ezt fogom tenni! **Csatlós Evelin**



## Védőnői Magazin

# A lány babák pelenkázása

Másképpen kell a kislányok nemi szervét kezelni, mint a fiúkéét. A nagyajkak mindig duzzadtabbak, főleg a szoptatás ideje alatt, a kisajkak vékonyabbak. Mindkettő tisztítása csak nagyon finom babaolajjal történhet, és a hüvelynyílásba sem valamilyen eszközzel, sem vattával nem szabad belenyúlni. Csak a külső nemi szervek környékét szabad letörölni és lemosni.

Érdemes viszont megtekinteni a hüvelynyílást, amit a gyermekorvos is megnéz az első vizsgálat alkalmával. A hüvelykimenet néha vékony hártyával fedett, és nem vált szét. Ilyenkor meg kell mutatni gyermekorvosnak. Gyakran látható enyhe folyás, sőt szoptatós anyáknál minimális rózsás folyás, enyhe vérzés is megfigyelhető, amely az anyatej hormonhatására kialakuló menstruációhoz hasonló vérzés lehet. Ez nem kóros,

és néhány héten belül megszűnik.

A lányoknál különösen a nemi szervek tisztán tartása fontos, hiszen nagyon közel van a végbélnyílás, és a székletnek nem szabad belekerülnie a hüvelybe. Ha környéke - mondjuk a híg széklet miatt - mégis szennyeződik, bő langyos vízzel mossuk le, és azután gondosan krémezzük be a környékét.

A végbélnyílás és környéke mindig gondosan kezelendő és tisztán tartandó. Érdemes bőven kenni popsikenőccsel, mert ez megvédi a bőrgyulladásától. A nedvesség és vizelet tartós hatására a bőr felázik, felpuhul, könnyen begyulladhat, és pirossá válik, ahol azután könnyen megtelepednek a gombák, és bőrgyulladást okozhatnak. A nedvszívó pelenkák használata mellett ilyenkor gyakrabban kell a csecsemőt tisztába rakni és meleg időben néhány percre szabadon is lehet hagyni, hogy levegőzzön a popsija.

## Betekintés az Idősek Klubja életébe

Rovatvezető: Gliba Lászlóné

## Három napig a „játékoké volt a főszerep”

Az Idősek Klubja májusi eseménye a gyermeknaphoz kapcsolódott. A BURATTINO – DUÓ BT OKTATÓ és FAJÁTÉKOK kiállítására és bemutatójára hívtuk és vártuk az érdeklődőket. A

kiállítás első napján Ámik Jánosné Ági a BURATTINODUÓ BT tulajdonosa bemutatót tartott a jelenlévők számára, melyen a helyi vendégeken kívül részt vettek a környező települések védőnői, óvoda pedagógusai, foglalkozás szervezők és intézményvezetők is. A kiállítás második és

harmadik napján gyermeknapi vásárt is szerveztünk. A gyermekek számára élmény volt egy – egy játék kipróbálása, az idősebb korosztály számára a gyermekkort elevenítette fel.

Bízunk benne programunk elérte célját és a sok szép élményen túl, a szakemberek számára új információkat és szakmai segítséget is nyújtott.

Köszönet a több száz látogatónak, az Általános Iskola és a Móricz Zsigmond Gimnázium Szakközépiskola Szakiskola és Kollégium vezetésének, a pedagógusoknak, hogy a gyerekek látogatását

szervezett formában biztosították, és nem csak ezen a kiállításunkon, hanem valamennyi programunkon.

Köszönetemet szeretném még kifejezni a Polgárőröknek valamennyi segítőmnek és támogatómnak, akik részesei voltak e közös munkának.



## Felnőttképzés Tiszabercelen

A RIVIERA – TOURS KFT szervezésében immár második hónapja folyik a Szociális Gondozó és Ápoló képzés Tiszabercelen.

A tanfolyam résztvevői köszönetüket fejezik ki Dr. Szilágyi Norbert jegyző Úrnak, aki a tanfolyam első napján a település nevében köszöntötte a 32 hallgatót.

A tanfolyam 1320 órás és 2009 februárjában fejeződik be. Kívánjuk, hogy a tanfolyamon résztvevő állásnélküli hallgatóknak nagyobb esélyük legyen az álláskeresésben, és valamennyi hallgató feleljen meg a szakmai elvárásoknak.

Gliba Lászlóné



## Óvi hírek

Tarjányi Ferencné óvónőtől

Két esemény is volt az Óvodában. Gyermeknapot tartottunk egy kicsit másképpen. Az óvoda udvarán már reggeltől fogadta a gyerekeket az ugráló, mely nagyon népszerű számukra. Élvezték, s azt számoltgatták, hogy ki hányszor ugrott már. Majd bábszínház szórakoztatta őket, a mese címe: A

kíváncsi kiselefént. Az előadást végig tapsoltuk, igazi kis színházban érezhettük magunkat. Jól szórakoztunk a délelőtti folyamán, szendvicset, pogácsát, virágos sütit ettünk, s jégkrémet nyalogattunk.

Elérkezett az évzáró napja is. Már hetekkel előtte készültünk kis műsoraikkal. Minden csoport az év közben tanultakból állított össze egy kis csokorra valót, majd zenés táncos bemutatók következtek. Elbúcsúztak a nagycsoportosok, kedves és megható versekkel mondtak köszönetet óvónéniknek, dajkanéniknek az egész évi fáradozásukért, munkájukért. Kívánunk nekik, szüleiknek hallatlan kitartást, erőt, egészségéget az iskolai évekhöz.



## Ovis képek



# Tűzoltóverseny



A hagyományokhoz híven az idén is megrendezésre került a megyei Önkéntes tűzoltóverseny. 2008. május 31 – én mi is nekivágtunk az útnak a megye többi csapatával együtt, hogy „megmérkőzhessünk” egymással ezen a számunkra jeles eseményen, mely Napkoron került lebonyolításra.

A 72 csapat között Tiszabercel 5 csapattal képviseltette magát. Szerencsénkre az időjárás is a kegyeibe fogadott minket, a napsütésből kijutott bőven számunkra. A tikkasztó hőség ellenére hoztuk a formánkat. Persze a gyakorlás, a rutin és a szurkolók biztatása is sokat segített abban, hogy a nap végén két első, két második, és egy negyedik helyezéssel valamint a Megyei Tűzoltószövetség különdíjával, egy bográccsal és egy állvánnyal térhettünk haza. Kellemes fáradtsággal és diadal ittasan érkeztünk meg, a nap lezárásaként egy jégkrémet, egy kólát is elfogyaszthattunk, melyet ezúton is még egyszer köszönünk. Szeretnék köszönetet mondani minden csapattagnak a helytállásáért és mindenkinek, aki segített, biztatott és támogatott bennünket.

Balogh Alíz ÖTE titkár





## Mezőgazdasági hírek

Rovatvezető: Eperjesy Ferenc növényvédő szakmérnök

### A mezőgazdaság jelenéről

A rendszerváltás előtt Magyarországot a közepesen fejlett, inkább a fejlett agrárországok kategóriájába sorolták. Ma azt tapasztaljuk, hogy a nemzetgazdaságon belül mezőgazdaságunk súlytalanává vált. A dolgozó népesség csupán 5%-a található ebben az ágazatban. 1990.-ben ez a szám még 17% volt. 20 évvel ezelőtt az ország exportjának a felét, 1990-ben egyötödét, jelenleg a 8%-át teszi ki a mezőgazdasági export aránya.

Az ország összes élelmiszer fogyasztásának csak fele származik hazai termékekből, holott Magyarország 14-15 millió embert lenne képes ellátni.

Az élelmiszer import vonatkozásában illetékesek hivatkoznak a nagyobb választékra, nem gondolván arra, hogy a magyar termékek minősége általában jobb, a Kárpát medence időjárási sugárzási viszonyai miatt.

Az egy hektárra vetített mezőgazdasági produktumunk átlagban 1034 euró, ami töredéke a fejlett nyugat-európai országokénak. Nálunk a

gabonatermesztés túlsúlya állt be, ez 43%-ot tesz ki. Ezzel szemben a kertészeti ágazat aránya 20%. Főleg a gyümölcsstermelés esett vissza.

Legkatasztrófálisabb a helyzet az állattenyésztésben, hiszen az 1990. évi 2.6 millió számosállattal szemben napjainkban ez a szám 1.3 millió, mely kevesebb a másod-

dik világháború utánitól. Történelme során a magyar állattenyésztés ilyen mélypontra még sohasem zuhant. Példa erre községünk is. A két kezünkön meglehet számolni a faluban található tehének számát.

Tudjuk, hogy a verseny, a piac, a globalizáció kegyetlen törvényei uralkodnak, mégis azt kell, hogy mondjuk, nincs komoly koncepciója a mezőgazdaságnak. Nincsenek megfelelő védővámok az únió kívüli országokból behozott mezőgazdasági termékekkel szemben. Régebbi úniós tagországok állítólag ezzel jobban élnek. Minden ország törekszik a legmaximálisabb önellátásra, hiszen ez egy biztonságot ad. Saját szememmel láttam az osztrákokat tiszta kavicsos talajon kukoricát, vagy a hollandokat a tengertől ellopott és termőfölddel feltöltött területen almát termelni. Nekünk ezt sokkal könnyebb lenne megtenni, hisz jó földjeink vannak, emellett az ország területének közel 90%-a mezőgazdasági művelésre alkalmas. Miért nem tesszük? Gondolni kellene a következő nemzedékre is!



## Jogi rovat Haszonélvezeti jog

Rovatvezető: Dr. Szilágyi Norbert jegyző

### A haszonélvezet fogalma és a haszonélvezői jogai

A haszonélvezet olyan személyes szolgalmi jog, ami alapján a haszonélvező a más tulajdonában álló dolgot birtokában tarthatja, használhatja és hasznait szedheti. A személyes jelleg azt jelenti, hogy a haszonélvezet mindig egy név szerint meghatározott személy (tipikusan egy természetes személy, kivételesen jogi személy) javára szól, ehhez a személyhez van kötve, tehát másra át nem ruházható. A haszonélvezetből folyó jogokat azonban nemcsak maga a haszonélvező gyakorolhatja, hanem e jogok gyakorlását másnak is - ingyenesen vagy visszerhesen - átengedheti. Ellenérték fejében azonban a haszonélvezeti jog gyakorlását csak akkor lehet átengedni, ha a tulajdonos - azonos feltételekkel - a dolog használatára nem tart igényt. Más szóval a tulajdonosnak a dologra előbérleti, előhaszonbérleti joga van. Ha a haszonélvezetből folyó jogokat a haszonélvező egyáltalán nem vagy részben nem gyakorolja, és másnak sem engedi át, ezeket a tulajdonos gyakorolhatja. A tulajdonos személyében beálló változás a haszonélvezeti jogot nem érinti. Korlátlan vagy örök időkre haszonélvezet nem létesíthető, az csak korlátozott időre és legfeljebb a jogosult élete végéig ("holtig tartó haszonélvezeti jog") állhat fenn.

### A haszonélvezet keletkezése

1. szerződés alapján. Szerződéses haszonélvezeti jog keletkezéséhez szükséges a dolog átadása is, ingatlanra vonatkozóan pedig a haszonélvezeti jog ingatlan-nyilvántartási bejegyzése;
2. jogszabály alapján;

3. bírósági vagy hatósági rendelkezés alapján. Jogszabály, bírósági vagy hatósági rendelkezés alapján az ingatlanon a haszonélvezeti jog bejegyzés nélkül is létrejön, de az ingatlan-nyilvántartásba az ilyen haszonélvezeti jogot is be kell jegyezni. Enélkül ugyanis a haszonélvezet csak az ingatlan rosszhiszemű vagy ingyenes szerzőjével szemben érvényesíthető.

### Mire nézve lehet haszonélvezetet gyakorolni?

A haszonélvezet tárgya rendszerint ingatlan és/vagy elhasználatatlan ingó dolog, ezeket a haszonélvezet megszűntével a haszonélvező köteles a tulajdonosnak visszaadni. Kivételesen a haszonélvezet tárgya lehet kamatozó követelés vagy más hasznot hajtó jog is, ezekre a dolgok haszonélvezetének szabályait kell megfelelően alkalmazni. Az ilyen jogok (pl. kötvény, szerzői jog) átruházása szintén nem érinti a fennálló haszonélvezeti jogot, megszüntetésük vagy hátrányos megváltoztatásuk pedig - a haszonélvezetre is kiterjedő hatállyal - csak a haszonélvező hozzájárulásával történhet. A haszonélvezet kiterjedhet az egész dologra vagy annak meghatározott részére (pl. csak a kertre vagy a házra; a ház egyik lakására stb.), illetőleg - miként az özvegyi haszonélvezeti jog - az ingatlan és más vagyontárgyak eszmei hányadrészére (haszonélvezettel terhelt közös tulajdoni hányad). Egy dologon több személyt is megilletethet haszonélvezeti jog, ezek a jogukat vagy egyidejűleg, vagy a jogok keletkezésének sorrendjében gyakorolhatják.

### A haszonélvező kötelezettségei

A haszonélvezőnek nemcsak jogai, kötelezettségei is vannak. A haszonélvező köteles:

1. a rendes gazdálkodás szabályait betartani;

2. a dolog fenntartásával járó terheket viselni (a rendkívüli javítások és helyreállítások kivételével);
3. a dolog használatához kapcsolódó kötelezettségeket teljesíteni (pl. közműdíjak, számlák kifizetése);
4. viselni a dologhoz fűződő közterheket (pl. építményadó, telekadó stb.);
5. a tulajdonost a dolgot fenyegető veszélyről és a beállott kárról, a haszonélvezet gyakorlásának harmadik személy általi akadályozásáról értesíteni;
6. tűrni, hogy a tulajdonos a veszély elhárítására illetve a kár következményeinek megszüntetésére a szükséges intézkedéseket megtegye;
7. tűrni, hogy a tulajdonos a haszonélvezet gyakorlását ellenőrizze;
8. a haszonélvezet megszűntével a dolgot visszaadni.

### A tulajdonos jogai

Ha a haszonélvező a dolgot nem a rendeltetésének megfelelő módon használja, rongálja, vagy a dolognak a haszonélvezet megszűntével való visszaadását egyébként veszélyezteti, és a tulajdonos tiltakozása nem vezetett eredményre, a tulajdonos biztosítékot követelhet. Ha a haszonélvező nem ad biztosítékot, a bíróság a tulajdonos kérelmére a haszonélvezeti jog gyakorlását biztosíték adásáig felfüggesztheti. Az ellenőrzés - biztosíték kérése - felfüggesztés azzal szemben alkalmazható, akinek a haszonélvező a haszonélvezet gyakorlását átengedte.

### Elszámolási jogviszony javítás, helyreállítás esetén

A rendkívüli javítási vagy helyreállítási munkálatok elvégzésére (elvégeztetésére) elvileg sem a haszonélvező, sem a tulajdonos nem köteles. A haszonélvező - ha érdeke a dolog megmaradása - ezeket elvégeztetheti, ha értesítése és felszólítása után a tulajdonos nem végzi el. Ilyen esetben a haszonélvezet megszűnéskor a felek között - meglehetősen bonyolult - elszámolási viszony



keletkezik. A haszonélvező követelheti a tulajdonostól a szükséges költségek megtérítését, levonva azokból az időközi értékcsökkenésnek megfelelő összeget. Ha a tulajdonos gazdagodása az így meghatározott összeget meghaladja, a különbözete is köteles megtéríteni.

### A haszonélvezet alakulása a dolog pusztulása esetén

Ha a haszonélvezet fennállása alatt a dolog egészben vagy jelentős részben elpusztul, a tulajdonos nem köteles azt helyreállítani, de ha mégis megteszi, a helyreállított részen a haszonélvezeti jog feléled. Ilyenkor azonban a tulajdonos kérheti a haszonélvezeti jognak a helyreállításra fordított összeghez mért korlátozását. Ha az elpusztult dolgot a tulajdonos nem állítja helyre, a haszonélvezet megszűnik. Ha azonban a haszonélvezet tárgya helyébe más dolog lép (pl. a kisajátított ingatlan helyébe csereingatlan), a továbbiakban a haszonélvezet erre terjed ki. Ha a dolog helyébe nem más dolog, hanem pénzösszeg (pl. biztosítási összeg) lép, a haszonélvező választhat, hogy a haszonélvezet a továbbiakban erre terjed ki, vagy követelheti a tulajdonostól az összegnek a dolog helyreállítására vagy pótlására fordítását is. A dolog elpusztulásáért, illetve a dologban bekövetkezett károkért egyébként a haszonélvező felelősséggel tartozik, kivéve ha bizonyítja, hogy úgy járt el, ahogy az az adott helyzetben általában elvárható (azaz véten volt). A rendeltetésszerű használatl szűkszerűen együtt járó értékcsökkenést azonban a haszonélvező nem köteles megtéríteni.

### Rendhagyó haszonélvezet

Rendhagyó haszonélvezetről beszélhetünk akkor, ha annak tárgyai között elhasználható dolgok, gazdasági felszerelés és állatállomány is található. Ezekkel a haszonélvező a rendes gazdálkodás által indokolt mértékben rendelkezhet is, azaz el is idegenítheti, elhasználhatja, elfogyaszthatja stb. őket. A haszonélvezet megszűnésekor azonban köteles ezeket pótolni, tehát nem ugyanazt, hanem ugyanabból ugyanannyit visszaadni, ha pedig ez nem lehetséges, akkor az értéküket megtéríteni.

### A haszonélvezet megszűnésének esetei:

1. ha a jogosult meghal;
2. ha a jogosult a haszonélvezetről - ingyenesen vagy visszerhesen - lemond;
3. ha a dolog elpusztul (és nem állítják helyre);
4. a szerződésben kikötött időtartam eltelt vagy feltétel bekövetkezett;
5. a jogszabályban meghatározott más okból pl. az özvegy új házasságot köt.
6. Az ingatlanon fennállt haszonélvezeti jogot az ingatlan-nyilvántartásból is törölni kell, amihez megfelelő okirati forma szükséges.

### A használat joga

A használat joga valójában nem más, mint korlátozott haszonélvezet. A korlátozás egyrészt a joggyakorlás mértékében, másrészt személyhez kötöttségében nyilvánul meg. A használat joga alapján a jogosult a dolgot csak a saját, valamint a vele együtt élő családtagjai szükségleteit meg nem haladó mértékben használhatja, és ugyanilyen mértékben szedheti a hasznokat is. A jogosult a

használat jogának gyakorlását másnak nem engedheti át. A törvény szövegének értelmezésével megállapítható, hogy a használat jogának jogosultja csak az ember lehet. A használat tárgya leggyakrabban ingatlan (termőföld vagy lakás), de miután a törvény "dologról" szól, ingó dolgok és hasznót hajtó jogok is szóba jöhetnek. Tipikus esete az ún. "lakáshasználati jog" (rokonok között gyakori), ami meghatározott személyt arra jogosít, hogy az épületet, épületrészt vagy csupán egy lakrészt lakás céljára használjon. Egyébként a használat jogára (keletkezés, tartalom, megszűnés) a haszonélvezet szabályait kell alkalmazni.

### Haszonélvezeti jog értékének kiszámítása

Ha az ajándékozó más személynek ajándékozza a vagyon tulajdonjogát, és más személynek biztosítja ennek haszonélvezetét vagy használatát, a tulajdonjoggal megajándékozott a haszonélvezetnek, használatnak az illetéktörvény (1990. évi XCIII. tv.) szerint számított értékével csökkentett forgalmi érték után, a haszonélvező, használó pedig az ugyanígy számított haszonélvezeti, használati érték után fizeti az ajándékozási illetéket. A tulajdonszerző megajándékozottat terhelő illeték alapján a fentiekben meghatározott módon kell számítani akkor is, ha a haszonélvezet, illetőleg használat ajándékozása egyébként mentes az illeték alól (pl. lakóház építésére alkalmas telek tulajdonon alapított haszonélvezeti jog), vagy az nem tárgya az ajándékozási illetéknek.

### A haszonélvezeti és használati jog értékének kiszámítása

A haszonélvezet, használat értékének kiszámításánál a vagyoni értékű jog egyévi értéke a kiindulási pont. Ez egyenlő a vagyoni értékű joggal terhelt dolog - terhekkel nem csökkentett - forgalmi értékének egyhuszad részével. Attól függően, hogy a vagyoni értékű jog meghatározott időre (egy adott időtartamra, esetleg konkrét időpontig), vagy határozatlan (bizonytalan) időre szól-e, az érték további számítása más és más módon történik.

### A határozott időre szóló vagyoni értékű jog értéke

A határozott időre szóló vagyoni értékű jog értéke a fentiek alapján számítandó egyévi érték és a kikötött - meghatározott - évek szorzata. A törvény azonban a határozott időre szóló vagyoni értékű jog értékét maximálja, az ugyanis nem haladhatja meg az egyévi érték 20-szorosát, illetve a természetes személy javára kikötött haszonélvezet, használat joga esetén az egyévi értéknek az alábbi felsorolásban szereplő életkorhoz rendelt többszörösét.

### A határozatlan időre szóló vagyoni értékű jog értéke

A bizonytalan időre terjedő vagyoni értékű jog értéke - azt az esetet kivéve, amikor a vagyoni értékű jog valamely személy életének, házasságának vagy özvegyiségének idejére terjed - az egyévi érték ötszöröse. Amikor a határozatlan idejű vagyoni értékű jog valamely személy életének, házasságának vagy özvegyiségének idejére terjed, a jog értékét az illető személy életkorának alapulvételével a következő módon kell megállapítani: ha a vagyoni értékű jog jogosultja

1. 25 évesnél fiatalabb, az egyévi érték 10-

szere,se,

2. 25-50 éves, az egyévi érték 8-szorosa,
  3. 51-65 éves, az egyévi érték 6-szorosa,
  4. 65 évnél idősebb, az egyévi érték 4-szerese.
- Ha több személytől függ a vagyoni értékű jog fennállása, az alábbiak szerint kell kiszámolni annak értékét:

1. ha a vagyoni értékű jog tartama mind a jogosult, mind a kötelezett élete, házassága vagy özvegyisége idejétől függ, az előbbi szorzók alkalmazásánál a két személy közül az idősebbnek az életkora az irányadó;
2. ha a vagyoni értékű jog tartama több egyidejűleg jogosult személy élettartamától függ, mégpedig oly módon, hogy a jogosultság a legelőször elhalt személy halálával megszűnik, az értékelésnél a legidősebb személy életkora az irányadó; ha pedig a jogosultság a legutóbb elhalt személy haláláig tart, a kiszámítás a legfiatalabb személy életkora szerint történik (a vagyonszerzési illetéket az egyes jogosultak olyan arányban viselik, mint amilyen arányt az életkoruk szerint számított vagyoni értékű jogok értéke ezek együttes értékében képvisel);
3. ha a vagyoni értékű jog tartama a házasság idejére terjed, a kiszámításnál az idősebb házastárs életkora az irányadó.

### A megterhelt dolog tulajdonjogának megszerzése utáni illeték

A haszonélvezet, illetőleg használat jogával terheltlen átruházott (elajándékozott) vagy ilyen teher egyidejű alapításával megszerzett vagyon esetében a tulajdonszerzőt terhelő illeték alapja a haszonélvezet, használat figyelembevétele nélkül megállapított forgalmi érték és a haszonélvezetnek, használatnak a fentiek szerint számított érték közötti különbözet. Ezt a szabályt kell alkalmazni akkor is, ha a vagyon tulajdonjogát - ajándékozás folytán - annak haszonélvezője, használója szerzi meg.

### Egy példa az ajándékozási illeték kiszámítására

Ajándékozó 18 millió forintos forgalmi értékű lakásának tulajdonjogát egyik testvérének, míg annak haszonélvezeti jogát - haláláig - másik testvérének ajándékozza. A haszonélvezeti jogot kapott testvér 46 éves. Kérdés, hogy mekkora összegű ajándékozási illeték fizetésére lesznek külön-külön kötelesek a megajándékozottak?

A haszonélvezeti jog értékének kiszámításához tudjuk, hogy a haszonélvezeti jogot kapott testvér 46 éves, és azt, hogy a haszonélvezeti jog a testvér haláláig, azaz bizonytalan (határozatlan) ideig fog fennállni az ingatlanon. Ebből következik, hogy a haszonélvezeti jog értéke a jog egyévi értékének (azaz a lakás forgalmi értéke egyhuszad részének) nyolcszorosa, azaz:  $18\ 000\ 000/20 \times 8 = 7\ 200\ 000$  forint.

A haszonélvezeti jog értékéből kiszámítható a tulajdonjogot kapott testvérről vonatkozó - csökkentett értékű - ajándékozási illetékalap, ami így  $10\ 800\ 000$  forint ( $18\ 000\ 000 - 7\ 200\ 000$ ). Tekintettel arra, hogy a jelen esetben lakástulajdon szerzéséről van szó, és a megajándékozott az ajándékozó testvére, az ajándékozási illeték mértéke 8 %. Ez a tulajdonjogot szerzett megajándékozott esetében  $10\ 800\ 000 \times 0,08 = 864\ 000$  forint az illetékfizetési kötelezettséget keletkeztet. A másik testvér kapta ajándékba az ingatlan haszonélvezeti jogát. A haszonélvezeti jog értéke (ajándékozási illetékalap) a fenti számítás alapján  $7\ 200\ 000$  forint, az illeték mértéke 8 %. Az általa fizetendő ajándékozási illeték összege  $7\ 200\ 000 \times 0,08 = 576\ 000$  forint



# Egészségünkért

Rovatvezető: Tarjániné Dr. Jedlicska Ilona

## CSONTRITKULÁS

A csontritkulásnak nevezett állapotban a bontó és építő szakaszok közötti összhang felbomlik és ennek következtében a csontokat alkotó szerves és szervetlen alkotórészek azonos arányban csökkennek.

Ezzel csökken a csontok ásványianyag-tartalma és rugalmassága is. Mikroszkópos vizsgálatokkal kimutatták, hogy a csontokat felépítő csontgerendák vastagsága lecsökken és a gerendák közötti távolság megnő. Súlyos következményként csonttörések jönnek létre.

Csontritkulás esetén a csontszövet szerkezete kórosan megváltozik. Egészséges felnőtt szervezetben a csontépítő és -lebontó folyamatok állandó egyensúlyban vannak, melyek következtében a csontok tömege és szerkezete változatlan marad. A csontszövet saját sejtjeit csontépítő és csontlebontásban részt vevő óriássejtek alkotják, míg a sejtek közötti állomány szerves és szervetlen részre tagolódik. Csontritkulás esetén az egységnyi térfogatú csonttömeg csökken, miközben a szerves és szervetlen állomány aránya megmarad. Noha előre jelezhető, hogy kik fognak csontritkulásban megbetegedni, hiszen a hajlamosító tényezők ismertek (pl. sovány testalkat, kevés tejtermék fogyasztása, dohányzás, kevés testmozgás stb.), mégis többnyire csak akkor figyelünk fel a már kialakult bajra, amikor komoly, vissza nem fordítható elváltozások, csonttörések is kialakultak. Leggyakrabban a csigolyák magassága csökken, súlyos esetben a csigolyák összeroppanása a testmagasság csökkenéséhez, jellegzetes tartás kialakulásához vezet.

Ebben a betegségben is a korai felismerés és a megfelelő kezelés ad lehetőséget a súlyosabb esetek megelőzésére. Ismeretes, hogy a csontritkulás következtében kialakult csonttörések (csigolyatörés, combnyaktörés stb.), valamint a törések nyomán kialakult egyéb elváltozások súlyos mozgáskorlátozottsághoz vezethetnek.

**Etiológia:** Az emberi szervezet 206 különálló csontból áll. A csontok 70%-ban szervetlen ásványi anyagokat és kisebb részben szerves anyagokat tartalmaznak.

Ezen anyagok speciális szerkezete adja a csontok szilárdságát és rugalmasságát.

A csontszövetben csontépítő és csontfaló sejtek helyezkednek el, ezek biztosítják a csontszövet állandó átépülését. Az egészséges csontszövetben a két sejtcsoport munkája egyensúlyban van, tehát ugyanannyi épül fel, mint amennyi lebomlik.

Ezek az egymással ellentétes, ugyanakkor összehangoltan történő folyamatok közül mindig a csontfaló sejtek bontanak először, majd ezt követi a csont újraépítés.

A csontritkulás lehet önálló állapot, de kialakulhat más betegség következtében is.

Egyaránt érinti mindkét nemet és bármelyik életkorban jelentkezhet.

A más betegséggel kapcsolatosan kialakuló csontritkulást másodlagosnak, míg az önállóan jelentkezőt elsődlegesnek hívjuk.

### Elsődleges csontritkulás:

Az elsődleges csontritkulást tovább oszthatjuk: egyrészt a nőknél, a változó korból jutáskor néhány év alatt létrejövő csontvesztésre - a postmenopauzális csontritkulásra - és az idős korban jelentkező időskori csontritkulásra.

Nemcsak az életkor, hanem a csontban mikroszkóppal látható elváltozások alapján is különbséget lehet tenni az elsődleges csontritkulást alkotó két csoport között. Férfiakon a (praesenilis = időskor előtti) csontritkulás lényegesen ritkábban fordul elő, mint nőknél. Ennek oka az eleve nagyobb csonttömeg, a rövidebb várható élettartam, valamint az, hogy a férfiakban nincs hirtelen csökkenő nemi hormontermelés.

Csontritkulás a női változó korban 45-60 éves korban, tehát a "változókor"-ban jelentősen emelkedik. A szivacsos csontállomány csökken

és emiatt a csigolyatörések a jellemzőek, főként a háti és az ágyéki csigolyák területén: a csigolyák magassága csökken, felső, határoló csontlemezüik beroppan. A törés kialakulásának helye a meggyengült csont minőségével függ össze.

### Időskori csontritkulás:

Ebben a típusban a csontépítő sejtek mennyisége és tevékenysége csökken. Szintén jellemző a törések megjelenése, mivel itt a szivacsos és a kérgi (hosszú csöves csontokban található) csontállomány is azonos mértékben csökken: csigolya- és combnyaktörések keletkeznek, gyakoribbá válnak a csuklótörések is. Kinél gondolhatunk a csontritkulás kialakulására?

A postmenopauzális (azaz "változó kor" utáni) csontritkulás oka az egyik jellegzetes női hormonnak (az ösztrogénnek) a változó korban kialakuló hiánya. Mégis, szerencsére nem minden menopauzába került nőben alakul ki ez az állapot. Vannak olyan hajlamosító, úgynevezett rizikótényezők, amelyek elősegítik a csontritkulás kialakulását.

Ilyen például a:

- családon belüli halmozott előfordulás - tehát nagymamának, édesanyának is volt már csontritkulása
- dohányzás
- mértéktelen kávéfogyasztás
- jelentős mennyiségű, tartós alkoholfogyasztás
- elégtelen kalcium és D-vitamin tartalmú táplálkozás
- mozgásszegény életmód
- sovány, "könnyű" csontozatú testfelépítés
- korán bekövetkezett természetes, vagy művi (méh- és petefészekmütét) változó kor
- más idült betegség (például krónikus sokizületi gyulladás)
- egyes gyógyszerek (például szteroidkészítmények) tartós szedése

### Másodlagos csontritkulás:

Egyes mozgásszervi, "reumás" betegségek,

főleg a sokizületi gyulladások, belgyógyászati betegségek, például máj- és vesebetegségek, a belső elválasztású mirigyek (pajzsmirigy, mellékpajzsmirigy, mellékvese) betegségei, asztma, gyulladásos bélbetegségek, egyéb olyan zavarok, amikor a kalcium felszívódása nem megfelelő, okozhatnak szintén csontritkulást. Tartósan mozdulatlanságra kárthatott, ágyhoz kötött betegekben is kialakul, ezt a folyamatot látjuk akkor is, ha egy-egy végtag törés után tartósan gipszben van.

### Anamnézis: Milyen tünetei vannak a csontritkulásnak?

A kezdeti tünet - terheléskor fellépő, pihenésre szűnő hát- és derékfájdalom - annyira hétköznapi panasznak tűnik, hogy gyakran oda sem figyelnek rá. Sok esetben nem is kezdődő elváltozásnak, hanem a fáradságnak tulajdonítják. Mivel állandó panaszokat csak a későbbi időszakban okoz, így szinte észrevétlenül alakul ki a már maradandó elváltozás.



Egészséges csontszövet



„Megritkult” csontszövet

A későbbi időszakban a vezető tünet szintén a fájdalom. Jellegzetes egyrészt a hirtelen kis erő behatására létrejövő éles fájdalom, amely lehet az éppen létrejövő csigolyatörés vagy beroppanás, vagy csak egészen kicsi, szemmel nem is látható csontgerendatörés következménye. Az állandó, terheléskor erősödő hát- és derékfájdalom az izmok, szalagok feszüléséből jön létre. Gyakori panasz, hogy a betegek nem tudják a hátukat tartani.

Az orvos a vizsgálatkor a háti domborulat fokozódását, a testmagasság jelentős csökkenését észleli - pl. meghosszabbodik a betegek ruhája, kabátja. A háti görbület fokozódása következtében az ágyéki görbület elsimul, a háti izomzat és a szalagok megfeszülnek, a hasizmok pedig megnyúlnak, elengednek. A has elődomborodik, a bordák alsó részei közelednek a csípőlapáthoz, súlyos esetben el is érhetik azokat, ezzel is növelve a panaszokat. Jellegzetes lesz tehát a beteg testtartása, mivel a test egyensúlyát csak úgy tudják megtartani, hogy könyökeiket hátrahúzzák, vagy hátratett kézzel állnak. Sokan a nap végére egyre jobban előregörnyednek, mivel ilyenkor az izmok már annyira elfáradnak, hogy nem képesek a gerincet egyenesen tartani. Ennek köszönhetően megváltozik a gerinc terhelése. Előrehaladott esetben a járás is bizonytalanabbá válik. Következményként kis erőbehatásra csonttörések jönnek létre, leggyakrabban a csigolyák, a combnyak és a csukló törése.

### Diagnosztikus eljárások: Hogyan lehet megállapítani a csonttritkulást?

A betegséget a kezdeti panaszok, a beteg vizsgálata, a hajlamosító tényezők kikérdezése és különböző vizsgálatok alapján kezdeti időszakban általában a reumatológus állapítja meg.

Roszsabb esetben egy elszenvedett csonttörés kapcsán derül ki a betegség.

### Laboratóriumi vizsgálatok

Egyrészt a szervezet kalcium-foszfor anyagcseréjére adnak felvilágosítást, másrészt az egyéb betegségekhez társuló csonttritkulás felderítésében van szerepük.

### Röntgenvizsgálatok

A röntgenfelvételeken láthatóak a csontok és bizonyos mértékig megítélhető mérszartartalmuk normális, vagy csökkent mennyisége. Azonban a csontvesztésnek el kell érnie a 30 - 40%-ot ahhoz, hogy a röntgenen látható legyen a különbség, ezért érthetően ez a módszer a kezdeti, még jóval kisebb mértékű csonttritkulás felderítésére nem alkalmas.

Hogyan vizsgáljuk a csont ásványianyagtartalmát, a csontsűrűséget?

A hagyományos röntgenfelvételek alapján tehát nem állapítható meg pontosan a csontsűrűség. Pontos mérésre szolgálnak a csontsűrűségmérőkészülékek, amelyek segítségével nagy pontossággal meghatározhatjuk a test különböző részein a csontok ásványianyagtartalmát.

Leggyakoribb mérési helyek a csukló, a gerinc és a combnyak. A mért érték összehasonlításra kerül

az azonos nemű, egészséges, teljes csonttömeggel rendelkező 30 éves népcsoport csontsűrűségével.

A készülékek röntgensugárral működnek, elsősorban a rizikótényezőkkel (lásd előbb) rendelkező emberek csontsűrűségének mérésére használják.

A csonttritkulás megállapításához azonban nem elég ez a műszeres vizsgálat, ezen túlmenően gondos klinikai és laboratóriumi vizsgálatokra is szükség van.

Milyen sűrűn kell ezeket a vizsgálatokat megismételni?

A röntgensugárral működő, modern készülékek sugárterhelése kicsi, körülbelül az ágyéki gerincről készített hagyományos röntgenfelvételkor kapott sugárterhelés 3% - a. Ebből következik, hogy a vizsgálat az egészségre ártalmasság tekintetében korlátozás nélkül megismételhető - kivételt a terhesek képeznek, akiknél a vizsgálat elvégzésére nem kerülhet sor. A mérések pontatlansága és a csontleépülés évi várható változása miatt egy éven belüli megismételésnek nincs értelme. A vizsgálatok szükségességét orvosának kell eldöntenie, a rizikótényezők alapos feltérképezése alapján.

### Terápia: A kialakult csonttritkulás kezelése:

A kezelés egyszerre több támaszponton történik és függ a csonttritkulásban szenvedő beteg korától, aktuális állapotától.

Csonttöréssel szövődött esetekben műtét, gipszelés, fektetés, fájdalomcsillapítás lehet az elsődleges, panaszt alig okozó esetekben az aktív mozgásterápián van a hangsúly. Mindannyiunkra vonatkoznak a megelőzés étrendi és mozgásterápiás ajánlásai.

### Étrend:

A [www.reumatologia.hu](http://www.reumatologia.hu) oldalon a Magyar Reumatológia Haladásáért Alapítvány weboldalán, a betegtájékoztató menüponton belül a Csonttritkulás témakörnél étrendi táblázatot talál.

### Fizioterápia:

A fájdalomcsillapító, az izmok vérkeringését javító elektromos kezelések kiegészítői a gyógyszereknek. Ahogyan a fentiekből is kiténik, legfontosabb azonban a naponta, rendszeresen végzett speciális gyógytorna, mely kiegészíthető víz alatti tornával és úszással is. Ez az izomzat karbantartására, a csontok ásványianyagtartalmának növelésére és a csonttörések utáni rehabilitációra is kiválóan alkalmas.

### Gyógyszeres kezelés:

A gyógyszeres kezelés megtervezése alapos szakértelmet kívánó feladat. Ezt bízva mindenkor kezelőorvosára, ne hallgasson az ismerősökre. A csonttritkulás elleni gyógyszeres kezelést két alapvető csoportra oszthatjuk. Az egyik a felborult csontújrateképződés egyensúlyát állítja helyre, míg a másik fő feladata a fájdalom csillapítása. A hosszú ideig ható szerek egyik csoportja a csontfaló sejtek működését csökkenti, másik a csontfelépítést serkenti. Igen fontos, hogy az aktív D-vitamin készítmények kivételével a normál táplálkozás mellett is a többi szerekhez kiegészítőként kalcium szedése ajánlott.

Mostanában megelőzőként és kezelésként is alkalmaznak hormonokat, főleg a nők változó kori csonttritkulásában, ezt a reumatológus és a nőgyógyász közösen állítja be és ellenőrzi. Fájdalomcsillapítóként számos gyógyszer alkalmazható. Igen jó hatásúak a különböző külső bedörzsölők, melyeknek nemcsak gyógyszer-, hanem hőhatásukat (meleg, hideg érzet) is jól ki lehet használni a feszülő lágyrészek (izmok) bedörzsölésekor.

### Mozgásterápia:

Csontsűrűségméréssel igazolták, hogy a rendszeresen végzett izomerősítő torna fokozza a csontok ásványianyagtartalmát. További hatása: a gerinc alaki változásainak megakadályozása, illetve a már kialakult elváltozások esetén azok javítása. A rendszeresen erősített hát- és hasizomzat mintegy természetes fűzőként veszi körül a gerincet, javítja tartását, csökkenti a feszülésből származó fájdalmat és védi a csigolyákat a különböző külső erőkkel szemben, csökkentve a törések kialakulásának veszélyét. Az egészséges izomzat kifejlesztésére és fenntartására rendszeres torna végzése szükséges. A tornát végezhetjük csoportosan - esetleg gyógytornász vezetésével, vagy különböző gyógytornakazetták irányításával (ma már audio- és videokazetták egyaránt kaphatók). Az úszás, ezen belül a hátúszás előnyös.

### Segédeszközök:

Főleg az idősebb emberek mozgásának biztonságosabbá tétele céljából ajánlatos a bot, esetleg a járókeret használata. Szintén az idősebb emberek számára ajánljuk a különböző hosszúságú gerincfűzők alkalmazását. A fűzők nagyobb megterhelés esetén stabilizálják, megtartják a gerincet, javítják a testtartást, átmenetileg pótolják a hiányzó, vagy legyengült izomzatot.

Rendelkezésre áll fürdőkádba tehető üllőke, fürdéshez kapaszkodók, kádba és kád elé tehető gumiszőnyegek, jó szolgálatot tesznek a szőnyeg csúszásgátlók a szobában is.

### Fontos tanácsok:

A csonttritkulásban szenvedő beteg

1. ne emeljen, cipeljen, kerülje a hajlást
2. sajátítsa el a gerincímélő életmódot
3. óvakodjon az eleséstől; járását - ha szükséges - segédeszközzel tegye biztonságossá, rendezze át lakását úgy, hogy minden könnyen elérhető legyen
4. tornásson rendszeresen
5. ússzon rendszeresen
6. sokat tartózkodjon a szabad levegőn, sétáljon gyakran, táncoljon, biciklizzen
7. figyeljen oda táplálkozására
8. nagyobb megterhelés esetén hordjon fűzőt
9. kerülje a megerőltető, tartós terhelést, találja meg a munka és a pihenés közötti helyes arányt
10. tartson állandó kapcsolatot kezelőorvosával és gyógytornászával.

Segíthet az előrehajlás megakadályozásában a megfelelő magasságú vasalódeszka, konyhai munkaasztal kialakítása. A székre tett jó háttámasz is pihentet, fájdalmat csökkent.

### Prevenció: Hogyan előzhető meg a csonttritkulás?

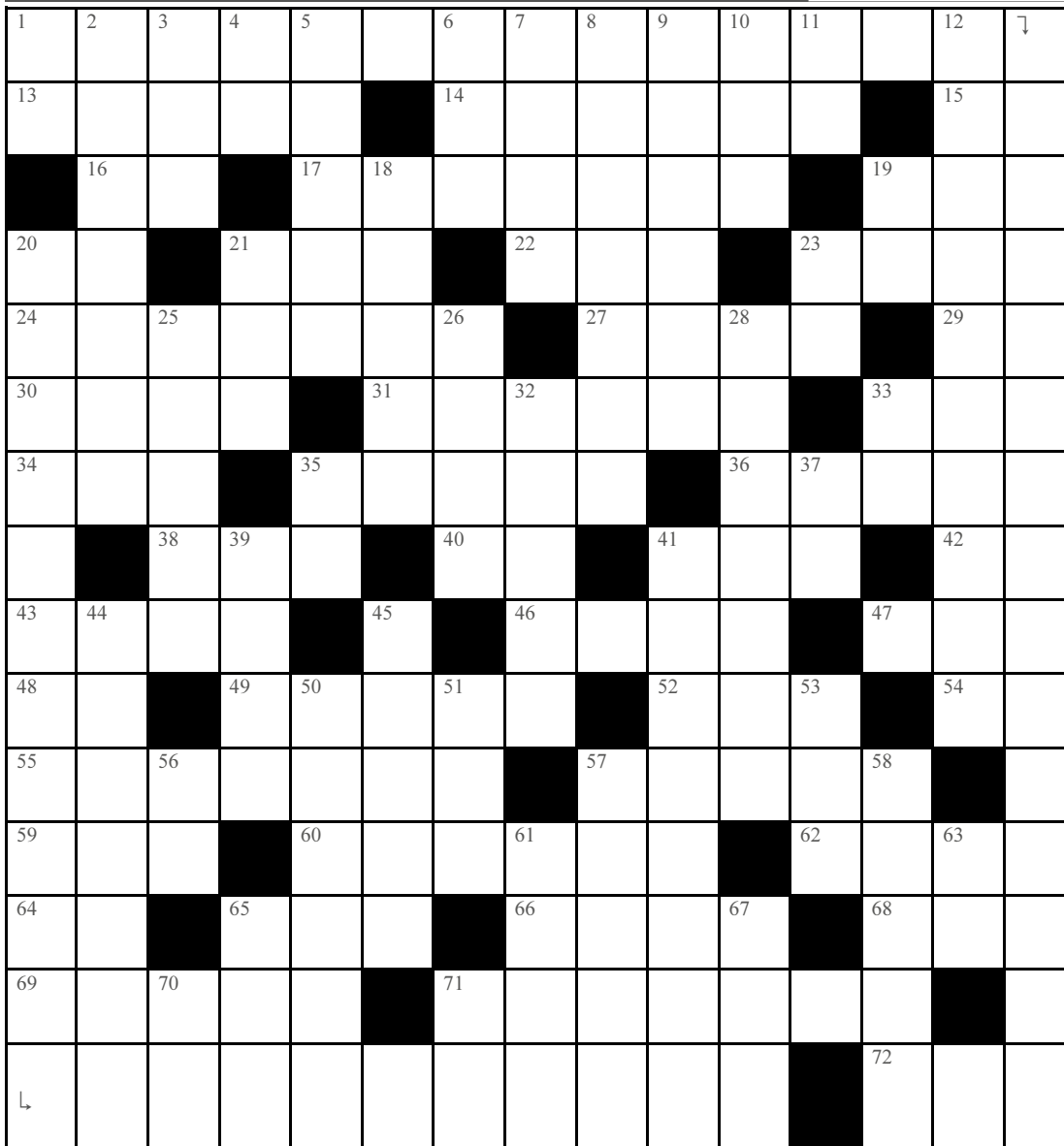
A megelőzés alapja a lehető nagyobb csonttömeg elérése.

Ezt viszont már gyermekkorban kell elkezdeni. Ha már saját magunk nem is tudunk mindig sokat tenni, de gyermekeink és unokáink egészséges nevelésével elérhető, hogy a később esetleg csonttritkulásban szenvedők köre számottevően csökkenjen. Ebben főleg a rizikótényezők elkerülésének és az egészséges életmódnak van jelentős szerepe.



# Rejtvény

Készítette: Németh Sándor



## FÜGGŐLEGES:

1. IZOMKÖTŐ. 2. TERMETE PÉLDAÉRTÉKŰ! 3. EGYIK SZÜLŐ, BEC. 4. ÚSZODA KÖZEPE! 5. ESZEM... 6. SÜTŐ. 7. NEMES-NEDŰ. 8. SZAG JELZŐJE IS LEHET. 9. VÉGTELEN KÓRUS! 10. TILTANI KEZD! 11. AZ ASZTÁCIUM VEGYJELE. 12. NÖVEKEDJÉK. 13. .... INAS /MUNKÁCSY/. 14. MENNI KEZD! 15. A FŐSOR MÁSODIK RÉSZÉ: 16. SZERB VÁROS. 17. A LENGYEL PÉNZ, RÖV. 18. GYERMEK ITALA. 19. VERDI MŰVE. 20. FÚVÓSHANGSZER. 21. LATIN NEVE ALEA. 22. A TUPOLJEV GÉPEK JELE. 23. A GITÁR ELEJE! 24. IGAVONÓ IS. 25. KALAPOT... /DICSÉR/. 26. SZEKÉR RÉSZÉ. 27. OVODÁKBAN IS ADJÁK. 28. MÁRCIUS 8-ÁN ÜNNEPELJÜK. 29. KELLEMES ÍZ. 30. A JOGÉRVÉNYESÍTÉS EGYIK KÖNYVE, RÖV. 31. RÉGEN HASZNÁLT ROVAR ÉS RÁGCSÁLÓ-MÉREG. 32. HÁZÓRZÓNK. 33. ÁSATÁS EREDMÉNYE. 34. ŐSI VALLÁS GYAKORLÓJA. 35. ORROCSKA. 36. KIGYÓ MONDJA! 37. RENDEZŐ IRODÁNK VOLT, RÖV. 38. VANÁDIUM, GALLIUM VEGYJELE. 39. KÁVÉ! 40. HATÁRRAG.

**VÍZSZINTES:** 1. A FŐSOR ELSŐRÉSZE. 13. BEOSZTÁS A SULIBAN. 14. KÍSÉRLETI ANYAG FIZIKAÓRÁN. 15. E NAPON. 16. DUPLÁN EDESSÉG. 17. ...-BEZÁRVA. 19. TRIKÓ. 20. DÚRVA MEGSZÓLÍTÁS. 21. TEHÁT? 22. NÉMA RETEK! 23. KOSSUTH-DÍJAS ÍRÓ, KÖLTŐ /ZOLTÁN/. 24. KÖZÉPKORI ÁLTUDOMÁNY. 27. HIBÁZTAT. 29. MELY SZEMÉLY? 30. HOLLAND, OSZTRÁK, SVÉD AUTÓJEL. 31. JÁR AZ ÓRA. 33. EGÉSZSÉGES ITÓKA. 34. EGYESÜLT ARAB KÖZTÁRSASÁG. 35. ...RA VÁRVA /FRANCIA FILM/. 36. ÁLMODJÁL SZÉPEKET! 38. OSZTRÁK, SPANYOL, OLASZ AUTÓJEL. 40. ...MILAN. 41. NÉMET, ROMÁNA UTÓJEL. 42. KÖZLEKEDIK RÉGIESEN. 43. PARÁNY. 46. AZ ÖKLEIT, DE VÉGEK NÉLKÜL! 47. A FŐVÁROSI KÖZLEKEDÉS RÉSZÉ. 48. ZENEKEZDET! 49. PICURKA ÉLET. 52. NÉMA REND! 54. KAVICS. 55. A FŐSOR HARMADIK, BEFEJEZŐ RÉSZÉ. 57. KÖZVETÍTŐ ÁLLOMÁS /ÉRKEZET-FÖLÖSLEG/. 59. BAKONYI HEGY. 60. RÉSZESRAG-PÁR. 62. THÓRIUM ÉS A SZELÉN V.J. 64. KORRÖV. 65. EGYIK BANK NEVE RÖV. 66. SKANDINÁV FÉRFINÉV. 68. A LEGÉSZAKIBB ORSZÁG RÖV. 69. ELŐTAG: NAGY. 71. KÓSTOLGAT 72. EZ LESZ A KONDÉRBÓL, HA FELNŐ!

## Nagymama fakanala



### Klasszikus sajtfondü:

A sajtfondü lényege az olvasztott sajt, amibe mártogatunk. Rengeteg változata létezik a hozzáadott sajtok függvényében, az alábbi egy klasszikus recept, amely remek névnap, születésnap összejövetelkor, bulikra, de akár hosszú, hideg esték elviselésére is.

- **Hozzávalók:** 50 dkg gruyer sajt, 25 dkg emmentáli sajt, 1 gerezd fokhagyma, 375 ml fehérbor, 2 ek keményítő, 4 ek cseresznyepálinka, só, bors, szerecsendió, mártogatóshoz kenyér

**Elkészítés:** A fokhagymát vágjuk ketté, dörzsöljük be vele a fondü edényt. A keményítőt keverjük el a cseresznyepálinkával. A reszelt sajtot és a bort tegyük az edénybe, enyhén tűzön olvasszuk meg. Ha megolvadt a sajt, adjuk hozzá a keményítőt és főzzük össze a sajttal. Fűszerezük és tegyük a melegítőre.

## Bercséli NAPLÓ

Tiszabercel Község Önkormányzatának hivatalos lapja.

Főszerkesztő: Dr. Szilágyi Norbert jegyző  
Szerkesztőség: 4474. Tiszabercel, Fő út 40.

Tel / Fax.: (42) 204-606.

E-mail: info@tizabercel.hu.

Kéziratot és elektronikus leveleket nem örzünk meg és nem küldünk vissza.

Megjelenik: havonta. Peldányszám: 800.  
Lapunkat megtalálja a  
http://www.tiszabercel.hu internetes oldalon.