# Lenti és Vidéke

közéleti havilap

XV. évfolyam 2013. október


# „Emberi jogokról, szabadságról nem lehetett szólni...”

A *Szent Mihály templomban* tartott ünnepi szentmisével kezdődött *Lentiben* az 1956-os forradalom és szabadságharc tiszteletére tartott városi ünnepség. A megemlékezők ezek után a Templomkertben lévő 56-os emlékműhöz vonultak, ahol *Horváth László* polgármester köszöntötte a megjelenteket:

– Nemzetünk történelme során nagy elődeinek köszönhetően tragédiák, több éves, évtizedes, évszázados idegen uralmak dacára is megőrizte magyarságát, történelmét, nyelvét, kultúráját, hagyományait, a keresztény szellemiséget. Fontosnak tartotta legnagyobbjai, hősei, mártírjai eszmeiségét, emlékeket állított, nemzeti ünnepeken és gyásznapon fejet hajtott a nagy elődök előtt... – hangzottak Horváth László gondolatai.

Ünnepi beszédet *prof. dr. habil. Szakály Sándor*, a Nemzeti Közszolgálati Egyetem tudományos rektor-helyettese, egyetemi tanár, történész mondott:

– Arra a napra emlékezünk, amely a XX. századi magyar történelem egyik leglényegesebb és legmeghatározóbb napja. Vajon ki gondolta

*(Folytatás a 2. oldalon)*

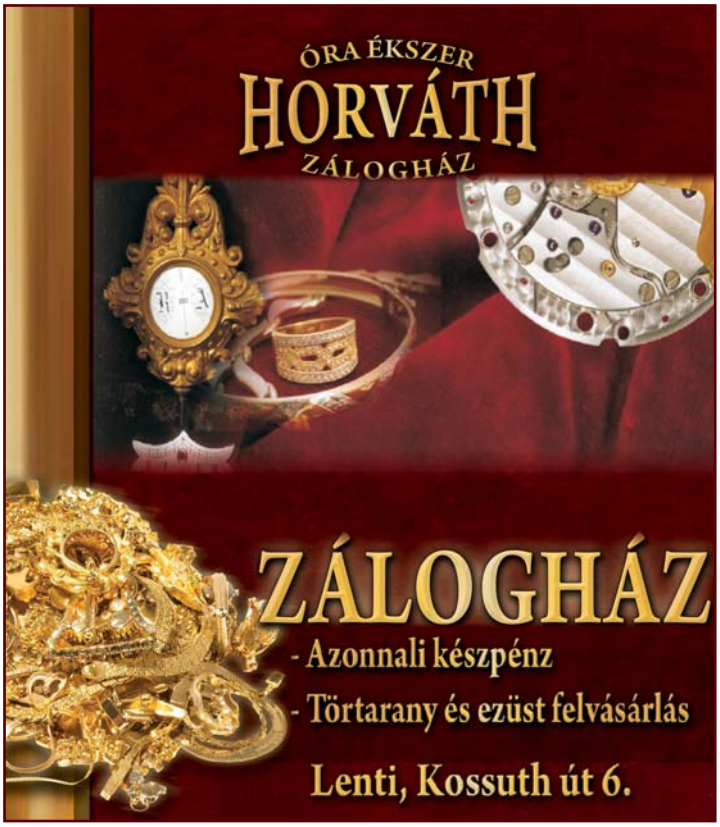
**Méltó megemlékezés volt Lentiben.**

# Erkölcsi támaszt is adott...

A hagyományoknak megfelelően az Október 6-i emlékparkban tartotta *Lenti Város Önkormányzata* az *aradi vértanúk* tiszteletére rendezett megemlékezését. A megjelenteket először *Horváth László* polgármester köszöntötte, ünnepi beszédet *Horváth Ferenc*, a Muravidéki Magyar Önkormányzati Nemzeti Közösség elnöke mondott:

– A „tizenhármak” ítéletét szándékosan a bécsi forradalom és a császári hadügyminiszter meggyilkolásának első évfordulóján hajtották végre.

*(Folytatás a 2. oldalon)*


Lazítson, pihenjen a

Lenti Termálfürdő és Szent György Energiaparkban!

2013. november 1-től a

Felnőtt belépő : 1 300 Ft

GYERMEKEKNEK (14 éves korig) A BELÉPÉS INGYENES!

Felnőtt belépő (pezsgőfürdő + szaunahasználattal): 2 500 Ft

www.lentifurdo.hu; www.facebook.com/lentifurdo

furdo@lenti.hu; Tel: 92/351-320

# „Emberi jogokról, szabadságról nem lehetett szólni...”

**Dr. Szakály Sándor mondott beszédet.**

*(Folytatás az 1. oldalról)*
október 22-én még este, amikor a Műszaki Egyetem építőmérnöki karának hallgatói fogalmazzák azokat a pontokat, amelyekkel úgy gondolják, hogy egy új Magyarországot, vagy egy másfajta Magyarországot lehet kívánni, követelni, mi fog történni néhány nap múlva... Más irányt vett 1947 után az ország, mert egypártrendszerben egy diktatórikus hatalom épült ki, amely olyan példaképet állított maga elé, mint az ország szomszédjává vált Szovjetunió, ahol emberi jogokról, szabadságról, kultúráról, hitről, nem igazán lehetett szólni – fejtette ki beszédében a történész.

Szakály Sándort az ünnepség után arról kérdeztük, hogyan fordulhatott elő hogy hazánk magára maradt szabadság iránti vágyában, harcában olyan államok figyelme mellett, ahol már természetesnek számított mindez?

– Ahogy mondani szokták a nemzetközi helyzet és a világpolitika nem volt kedvező Magyarország számára, hiszen egyrészt az USA és a nyugati hatalmak nem akarják felrúgni azt a hidegháborús állapotot és az azt megelőző időszakot, amikor megegyeznek abban, hogy miként osztják fel Európát és a világot és ott van a szuezi válságnak nevezett esemény, amely eltereli a figyelmet Magyarországról. És legyünk őszinték, a nyugattól biztató szavakon, vérplazmán, konzerveken kívül más nem nagyon érkezett. Politikai, vagy inkább propaganda szövegek hangzottak el velünk kapcsolatban a rádióban is. Végül az Amerikai Egyesült Államok nem volt érdekelt abban, hogy a Szovjetunió mellett egy olyan ország jöjjön létre, amely ellenséges szomszédjával szemben, így kapott zöld jelzést a Szovjetunió arra, hogy azt tehet Európa ezen területén, amit akar – hangzott a történész válaszában.

A megemlékezésen a *Gönczi Ferenc Gimnázium és Szakközépiskola* diákjai működtek közre műsorukkal.

*-dányi-*

# Erkölcsi támaszt is adott...

*(Folytatás az 1. oldalról)*
Az aradi tragédia, mint annyi hasonló horderejű nemzeti sorsforduló azonban erkölcsi támaszt is adott a nemzetnek. Az aradi vértanúkat nevezhetjük a maga módján az európai szellemiség előfutárainak is, hiszen csak négyen voltak született magyarok. A Kárpát-medence népeit egységesen jelenítették meg a hősök... Mi, határon túlra szorult magyarok számtalanszor megélhettük, hogy nem kellettünk sem itt, sem ott. Én személyesen a 2004-es népszavazást egy újabb Golgotaként, második Trianonnak éltem meg. Olyan szempontból talán még rosszabb is volt, hogy a maga módján a nemzettársaink mondtak le rólunk. Bizony rossz volt azt látni, hogy a zalai térségben sem volt egyértelmű a támogatás... Ez a gondolkodás személyesen nagyon távol áll tőlem. Mindig örömmel látom, tapasztalom, amikor a Muravidéken szervezett különböző programokra sokan ellátogatnak Magyarországról is. Számomra ez a határbontás leghatékonyabb módja – hangzottak a szónok gondolatai.

Az ünnepségen az *Arany János Általános Iskola és Alapfokú Művészetoktatási Intézmény* tanulói színvonalas műsorral működtek közre, majd koszorúzással fejeződött be a megemlékezés.

*dj*

**Horváth Ferenc volt a szónok a megemlékezésen.**

# Idősek hete a Kolpingban

A *Kolping Gondozási Központ Lenti Intézménye* „Idősek hete” rendezvénysorozattal köszöntötte gondozottjait a közelmúltban. *Vörös Beáta*, a nappali ellátás vezetője arról tájékoztatott, idei rendezvényük különlegessége, hogy meghívásukat a Zala Megyei Önkormányzati Pszichiátriai Betegek Otthona, a Nagylengyeli Szent Család Szociális Központ és a lenti Kolping Támogató és Foglalkoztató Központ is elfogadta, melyek színjátszó csoportjukkal, vásárral és műsorral kedveskednek gondozottjaiknak.

A megnyitó ünnepségen *Horváth László* polgármester köszöntötte a résztvevőket, kiemelve, hazánkban minden ötödik ember betöltötte a hatvanadik életévét, többek között köszönthetően az orvostudomány fejlődésének, a szociális ellátó rendszerben a rászorultak magasabb szintű ellátásának.

– Lentiben élünk, ahol a helyi önkormányzat sok apróságggal figyel, gondoskodik az idősebb korosztályról, gondolok itt a rendelőintézet felújítására, a könnyebb közlekedésre például a városközpont, rendezvénytér felújítása által – hangzott a polgármester beszédében.

Horváth László utalt még a közétkeztetés, az alacsony térítési díjak, az ételek ingyenes házhozszállítása és fűtéstámogatás kedvezményeire, amely hozzájárul az idősekkel kapcsolatos önkormányzati gondoskodáshoz.

**Horváth László köszönti az időseket.**

Az egyhetes programsorozatban szentmise, rétessütés (tavaly szilvás gombócot készítettek), Ki mit tud? került még megrendezésre és jó volt látni a *Gönczi Gimnázium* diákjainak tevékeny, segítő, támogató jelenlétét az eseményeken, akik „Segíthetünk?” mottójú középiskolai pályázatuk keretében töltöttek el sok-sok – hálával megköszönt – percet az intézményben.

*(d)*

# „Egyszer tart szünetet az ivásban - szüret idején...”

Hatodik alkalommal rendezték meg *Tormaföldén* a falu és a térség egyik legfontosabb eseményét a Gesztenye, Bor és Toros Fesztivált. A címbeli idézetünk *dr. Brazsil József*, a Da Bibere Borlovagrend elnök, nagymestere hallgatósághoz intézett tanácsai közül való, aki az esemény ünnepélyes megnyitóján szólalt fel:

– Az itt megjelenteknek azt ajánlom, mindenki csak két pohár bort fogyasszon, egy elsőt és egy utolsót, közte pedig a saját kvalitása szerint – folytatta tréfálkozását a nagymester.

A fesztivált *Cseresnyés Péter*, országgyűlési képviselő, Nagykanizsa polgármestere nyitotta meg:

– Talán azért kaptam meghívást erre a fesztiválra, mert egy hasonló településről érkeztem, ahol ugyancsak szeretik a rendezvényeket és egy hasonló fesztiválunk van, „A Bor és Dödölle Fesztivál”, csak egy hónappal korábban. Azt látjuk, hogy a rendezvényre kilátogatók szeretnek együtt lenni, beszélgetni, finomságokat, hagyományos ételeket kóstolgatni.

A Cseresnyés Péter érdeklődésünkre még elmondta, számtalan alkalommal találkozott régen nem látott ismerőseivel, volt osztálytársaival ilyen fesztiválokon Nagykanizsán, ahol kiváló alkalom nyílt a beszélgetésre, eszmecserére.

Az esemény szervezését a *helyi önkormányzat* közösen oldotta meg a *Hóvirág Egyesülettel:*

– Szerencsére tart még a helybéliek lelkesedése, hetek munkáját lehet itt most látni, ahol kicsik és nagyok is kivették a részüket a rendezvény megszervezéséből. Az látogatóknak kulturális élményben van részük, finomabbnál finomabb ételeket kóstolhatnak és hozzá a környékbeli hegyek adta kiváló borokat ihatnak – részletezte *Horváth Anita*, az egyesület elnöke.

– Mindenki sajátjának érzi ezt az eseményt, öröm volt látni, amikor az asszonyok együtt nyújtották a rétest, jókedvűen készült mindenki a fesztiválra – vette át a szót *Kondákor József*, Tormafölde polgármestere.

– Ha már a gesztenye is szerepel a fesztivál szlogenjében, milyen volt az idei termés?

– Jó a kérdés, tavaly sokan kérdezték, hogy miért nem lehet vásárolni ebből a csemegéből, ebben az évben az időjárás is kedvezett és megkóstolható a sült gesztenye, sőt vásárolni is lehet.

Az eseményt kézműves kirakodó vásár, a gyermekeknek ugráló-vár, bor utca, kulturális bemutató, este pedig *Zsédényi Adrienn* fellépése színesítette.

*(Dányi)*

**Az ünnepélyes megnyitó pillanata.**

# Faluszépítő programok Reszneken

Több, egymás mellett futó faluszépítő programról tájékoztatta lapunkat *Kercsmár István* polgármester:

– Az elsőt a Reszneki Teke Klub Egyesülete adta be, ez egy Leader-pályázat sikeres eredménye, amelyben sportpályák (bitumenes és füves) kerülnek kialakításra, továbbá kettő szabadtéri ping-pong asztal lesz kihelyezve. Ebben a projektben még elvégezzük a szennyvízbekötést is, jövőre pedig a vizesblokk kialakításával nyer végleges képet szabadidőparkunk, az elnyert száz százalékos támogatású hárommilliós pályázatból.

– *Melyik a következő programjuk?*

– A falukép megújításra vonatkozó MVA III. tengely pályázati kiírást célozta meg önkormányzatunk, itt 16 milliós tételt nyertünk az ÁFA tartalom szükséges önerő biztosításával. Ebből az összegből a közösségi ház újul meg, tér- és játszótéri elemek kerülnek kihelyezésre, hozzájárulva az egységes, modern faluképhez. A harmadik futó pályázatunkból pedig a könyvtár és közösségi ház bútorzata kerül cserére 2,5 milliós nagyságrendben, melyhez fél millió forint önerő volt szükséges. Tovább folynak egyéb saját erőt igénylő, illetve önkéntes munkával történő felújítási munkálataink is, amelyben egyéb épületeink kerülnek felújításra ugyancsak a szép falukép biztosítása érdekében – mondta a polgármester.

*dj*

**Sportpályákat alakítanak ki Reszneken.**

MVA HÁLÓZAT ZALA
MAGYARORSZÁG MEGÚJUL
ÚJ SZÉCHENYI TERV
**Mikrohitel**
a vállalkozások részére **3,9** %-os kamattól
**akár 10 millió forint**
**akár 10 év futamidő**
**akár 2 év türelmi idő**
Többféle beruházási és forgóeszköz hitel **vidéki beruházásokra is!**
**www.zmva.hu**
**A részletekről érdeklődni lehet:**
Zala Megyei Vállalkozásfejlesztési Alapítvány
**8900 Zalaegerszeg,** Köztársaság út 17.
Telefon: 92/316-033, 92/310-800
enterprise europe network
**8800 Nagykanizsa,** Zrínyi u. 21. Tel./Fax: 93/312-605
**8360 Keszthely,** Bercsényi u. 2/A Tel./Fax: 83/510-905
**8960 Lenti,** Deák F. u. 4. Tel./Fax: 92/352-285
**8790 Zalaszentgrót,** Szabadság tér 4. Tel.: 36 30/700-6613

# Burkolatfelújítások Lentiben

**Több utcában is burkolatjavítást végeztek Lentiben.**

Nyáron kezdődtek és az időjárástól függően ősz végéig folytatódnak az útfelújítási munkálatok a *lenti* belvárosában és a városrészekben. Több utcában végeztek burkolatjavítást és aszfaltozást. A karbantartási munkák kiterjedtek több járdaszakaszra és parkolóra is.

– Lentiben több mint hetven kilométer hosszú az önkormányzati úthálózat és mintegy húsz kilométer hosszúságban járda és kerékpárút is tartozik hozzá, amik karbantartása az önkormányzat feladata – kezdte *Horváth László* polgármester. – A városban több utcában is esedékes volt a burkolat javítása, a téli időjárás okozta károk helyreállítása. A vis maior pályázat keretében két szakaszban valósulnak meg a munkák közel harminc millió forint értékben, valamint az önkormányzat saját forrásból is jelentős összegeket fordít a felújításra. Az összes költséget tekintve több mint százmillió forint összegben valósulnak meg felújítási munkák.

A belvárosban a személy- és teherforgalom szempontjából fontos *Táncsics utcában* kezdődtek a munkák. Ezen a szakaszon több nehézgépjármű közlekedik az itt található üzemek miatt, valamint erről az utcáról közelíthető meg a gyógyfürdő két bejárata is. A másik fontos útszakasz, ami új burkolatot kapott a *Zrínyi utca* Alkotmány és a Vörösmarty utcák közti szakasza. A parkolók, így a *Széchenyi téren*, a *Bottyán úton* köves vagy aszfaltburkolatot kaptak, valamint több járdaszakaszt is bevontak a felújításba, például a háziorvosi rendelőkkel átellenben.

A felújításokat nemcsak a belvárosban végezték. *Lenti-hegyen* két utcában is végeztek munkákat, a *bárszentmihályfai* városrészben egy kilométer hosszú útszakasz kap új burkolatot, *Lentikápolnán* pedig a *Temető út* került sorra.

– Folyamatosan végzünk felméréseket, mely szakaszok szorulnak leginkább felújításra. Az aszfaltozott utak hosszához hasonló nagyságrendű az egyéb burkolattal rendelkező utak hossza, amiket szintén karbantartunk. A városrészekben és Lenti-hegyen a terveknek megfelelően végeztük az utak és a járdák felújítását, megoldva ezzel együtt a csatornázást is. A munkálatok jövő évben folytatódnak, ez érinti a Zrínyi utca további szakaszát is, ahol előbb el kell végezni az ívóvíz kiváltást, majd ezután a burkolatjavítást.


VÁSÁROLJON MAGYAR ÉLELMISZERT!

Minőségi, magyar hústermékek

| | |
|---|---|
| Bőrös süldő eleje: | 810 Ft |
| Bőrös süldő hátulja: | 850 Ft |
| Sertés húsos csont: | 350 Ft |
| Sertés apróhús: | 990 Ft |
| Zsírszalonna: | 690 Ft |
| Nyári turista: | 1.650 Ft |
| Bécsi felvágott | 1.056 Ft |
| Baglas kolbász: | 2.090 Ft |
| Házi sertészsír (1 kg) | 590 Ft |
| Házi sertészsír (5 kg) | 3.255 Ft |
| Véres, májas hurka | 690 Ft |

Hazai baromfihús teljes választékban!

Az akció a készlet erejéig tart, a feltüntetett árak 1kg termékre vonatkoznak.

ERZSÉBET UTALVÁNY

AKCIÓ

VÉGH FARM HÚSÁRUHÁZ

Zalaegerszeg, Eötvös u. 6-10. • Tel.: 06 92/ 510-008


# Ki mit tud? a 60 éves Zalai TIT-ben

A *TIT Öveges József Ismeretterjesztő és Szakképző Egyesület* novemberben ismét megrendezi Zalaegerszegen a munkavédelmi Ki mit tud?-ot.

A vetélkedőn a munkahelyi csapatok mellett a középiskolások és a felnőttképzésben részt vevők is számot adhatnak tudásukról, tapasztalataikról. A rendezvény az OMMF-11-P-0028. sz. pályázati támogatásából valósul meg, melyre Zala megyéből több mint 100 résztvevő várható.

A helyezettek díjazásban részesülnek, a résztvevők és az érdeklődők megkapják a programról készített kiadványt.

# Előadások és bábszínház

Az idei Országos Könyvtári Napok rendezvénysorozatához kapcsolódva kiállítással egybekötött zenés esten mutatkozott be *Lentiben*, a városi könyvtárban a zalalövői *Kerecsen Hagyományőrző és Kulturális Egyesület*. A rendezvényt *Pácsonyi Imre*, a Zalaegerszegi Tankerület igazgatója nyitotta meg, aki köszöntőjében bemutatta az egyesületet és a kiállítókat is.

A tizennégy tagot számláló civil szervezet öt éve alakult. Tagjai közül az itthon és külföldön is elismert *Kovács Erika* fazekas, népi iparművész, a legaktívabb kiállító, *Szabó László* festőművész és a fotózással néhány éve megismerkedő *Gyarmati Szilárd* fotós mutatta be műveit a közönségnek Lentiben.

A könyvtári napok további programjai között *Kovács Zoltán*, a Móricz Zsigmond Egységes Gyógypedagógiai Intézmény gyógypedagógusa Meseszövés-szavakban címmel tartott előadást, *Kiss Norbert*, a Kerka Táncegyüttes koreográfusa pedig a magyar nép táncait mutatta be a közönségnek az együttes néptáncosainak közreműködésével.

A Könyves Vasárnapon, a programok zárásán lehetőség nyílt kölcsönzésre, ingyenes beiratkozásra, valamint a *Napvirág Bábcsoport* „Menjünk a bábszínházba!" című előadását is megtekinthették a látogatók.

**A zalalövői egyesület tagjai és kiállítói mutatkoztak be a városi könyvtárban.**

# Szüreti mulatság és máglyagyújtás Rédicsen

Immáron negyedik alkalommal került megrendezésre *Rédicsen* az újra feleleventett szüreti felvonulás a település utcáin, melyet kulturális műsor és szüreti bál követett a faluban. A rendezvény kapcsán *Tóth Lajos*, polgármestert kérdeztük:

– A felvonulás a Bellosics Bálint Kulturális és Közösségi Háztól indult, idén rekord számú felvonuló vett részt a menetben. Az előzetesen meghirdetett 5 helyen állt meg a menet, ahol Stángli Norbert kisbíró dobolta ki az előző egy év történéseit, s a Kerka Táncegyüttes utánpótlás csoportja adott műsort. A felvonulás fő bázisát a Rédicsi Kertbarát Kör Egyesület, a Rédicsi Asszonykör, a Barangolók a Természetért Egyesület tagjai, valamint a rédicsi Móra Ferenc Általános Iskola diákjai adják. Idén mintegy 15 traktor vett részt a felvonuláson, mellyel azt hiszem, hogy sikerült rekordot döntenünk. A menethez csatlakoztak a hetési felvonulók és Szlovéniából érkező barátaink is, akik részvételükkel szintén színesítették a forgatagot. A pünkösdi programunkkal szemben a szüreti mulatság egy kicsit családiasabb hangulatú, ilyenkor jobbára a helyi közösségeink, civil szervezeteink tagjai, baráti társaságok jönnek össze, hogy egy kicsit szórakozzanak, lazítsanak.

**A rédicsi felvonulás. A polgármester is lovaskocsira szállt.**

Megtudtuk még, hogy a rédicsiek az „Itthon vagy - Magyarország, szeretlek!" országos eseménysorozathoz is csatlakoztak, melynek keretében máglyagyújtással és egy kötetlen beszélgetéssel várták az érdeklődőket.

– Ezúton szeretném megköszönni elsősorban a Rédicsi Kertbarát Körnek, a Rédicsi Asszonykörnek, a Barangolók a Természetért Egyesületek, a Szülői Szervezet tagjainak a segítségét, s mindenkinek, aki bármit tett azért, hogy a szüreti rendezvényünk idén is ilyen jól sikerülhetett – zárta gondolatait Tóth Lajos polgármester.

*dj*

# A belvíz ellen

**Jelentősen javít a helyzeten a beruházás.**

Még 2011-ben adta be pályázatát a Nemzeti Fejlesztési Ügynökség Nyugat- dunántúli Operatív Program keretében *Páka* önkormányzata, hogy megoldja a belvíz elvezetésével fennálló gondjait, mondta érdeklődésünkre *Lukács Tibor* polgármester:

– Így vált lehetővé, hogy az említett pályázati támogatás és önerő felhasználásával álltunk neki a pákai belvíz elvezetés munkálatainak – tette hozzá a polgármester. – Elsősorban azokban az utcákban kezdtük el a munkát, ahol nagyobb esőzéseknél kritikus állapot szokott előfordulni. A dömeföldi településrész majdnem 100%-ban belesik ebbe a kategóriába. Pákán a Petőfi, Táncsics, Hegyalja, Rákóczi és a Kossuth utcákban dolgoztunk.

– *Miből áll a munka?*

– Részben mederlapozás, részben burkolás történt, az átereszeket cseréltük illetve tisztításra kerültek, az árkokat kiiszapoltuk és nagyon reméljük, hogy a fő gondjainkat ezzel a beruházással így meg tudtuk oldani. A későbbiekben természetesen a többi utca is sorra kerül majd, mindehhez további pályázatfigyelő munkára is szükség van.

**Akció a Sári Fotónál**

Azonnali fotókidolgozás:
Digitális fotóiról
100 db feletti papírkép
rendelése esetén
**30 % kedvezmény**
Sári Fotó, Lenti, Sugár u. 1.
Tel.: 92/351-117
E-mail: sarifoto.lenti@gmail.com

**Lenti Hulladékkezelő Kft.**

értékesíti a saját előállítású
**Kerka Komposzt**
termésnövelő anyagát

**Megrendelhető:**
**Tel.: +36 92/551 387; +36 92/351 379**
**Fax: +36 92/551 012 • E-mail: info@lentihuke.hu**

# A gyerekek nyitottak világra

## *Egy kis csodát csempészni a mindennapokba*

**Nagy sikere volt Lentiben Kovácsovics Fruzsinának.**

A közelmúltban *Lentiben* lépett fel *Kovácsovics Fruzsina* Fonogram-díjas előadó. Ekkor beszélgettünk vele.

*– Milyennek érezted a közönség fogadtatását?*

– Nagyon jól éreztük magunkat Lentiben! A közönség szuper, a gyerekek aranyosak voltak, szívesen jöttek énekelni, táncolni. Ennél több nekem nem is kell a jó hangulathoz!

*– Azok számára, akik még a felnőtt lemezeid kapcsán ismertek meg a zenei életből meglepő lehetett, hogy gyerekeknek szóló albummal jelentkeztél. Miért döntöttél úgy, hogy gyereknek készítesz dalokat?*

– Óvodapedagógusként végeztem, négy évig tanultam az egyetemen. A mindennapjaimat a gyerekek között éltem, róluk tanultam, velük játszottam, részese lehettem a világuknak. Majd, amikor egyre jobban ismertem már őket, egyszer csak elkezdtem azt érezni, hogy nekik szeretnék zenélni. Elkezdtem szövegeket írni, amik érezhetően a gyerekekhez szólnak inkább, beletettem rengeteg olyan dolgot, amit tanultam, elénekeltem nekik, és láttam, hogy elnyeri a tetszésüket, hogy kacagnak, táncolnak és mindeközben én is nagyon jól érzem magam. Valahogy így kezdődött... Aztán egyre több dal született, egyre biztosabb voltam abban, hogy ezt szeretném csinálni.

*– A tinédzser és felnőtt korosztálynak ezentúl nem készülnek dalok?*

– De, a testvéremmel, Dáviddal sok dalt írunk, sok szöveg születik, ami a huszonévesek életével, lelkével, örömével, bánatával foglalkozik, de most a főszerep mindenképp a gyerekdaloké, és főként a gyerekeké!

*– Milyen érzés a gyerekekkel lenni a színpadon, nekik énekelni, milyen pluszt kapsz tőlük a fellépéseiden?*

– Rengeteg pluszt kapok tőlük. A gyerekek igazán nyitottak a világra, a játékra, a zenére, mindenre. Örömmel táncolnak, énekelnek, mondókáznak velem. Látom az arcukon, ha élvezik (persze, azt is, ha nem), ők aztán nem rejtik véka alá az érzelmeiket. Azt látni, hogy jól érzik magukat, hogy ugrálnak, nevetnek, éneklik velem a dalokat, nagyon jó érzés! Minden egyes fellépés alkalmával feltöltődöm, nagyon jó energiákat kapok tőlük! Nem tudok úgy beszélni erről, hogy közben nem mosolygok, és azt hiszem, ez mindent elmond.

*– Albumod az „Elfeledett mézescsók" címet kapta, mintha kicsit a felnőtteknek is szólna, hogy ne feledjék el a gyerekkorukat. Lehet így is értelmezni a címet, vagy más tartalmat sugall?*

– A címet mindenki úgy értelmezi, ahogy szeretné, ezt a szabadságot szeretném meghagyni. De az én fejemben is efféle elképzelés volt, amikor a címet kitaláltam. Hiszen felnőtt fejjel hajlamosak vagyunk elmenni olyan szépségek mellett, amik gyerekkorunkban elkápráztattak bennünket. Rajtunk múlik, hogyan szemléljük a körülöttünk lévő világot, és szerintem az életben az egyik legfontosabb dolog, hogy tudjunk a mindennapokba egy kis csodát, egy kis varázslatot csempészni!

*– 2008-ban megjelent lemezedet Fonogram-díjat kapott. Mit jelentett számodra ez az elismerés?*

– 2008-ban kaptam az első Fonogram-díjat, aminek nagyon örültem. Akkoriban az a sikerek sorozata volt, nem igazán éreztem, hogy megdolgoztam érte, hiszen rengetegen munkálkodtak körülöttem, a zenét, a szövegeket nem én írtam, profi szakemberekkel voltam körülvéve. Az igazán nagy elismerést a mostani, 2013-ban, az első gyereklemezért kapott Fonogram-díj jelentette, hiszen ezt az albumot már teljesen saját „gyermekemnek" érzem. A születése minden pillanatában, minden örömében, minden izzadságcseppjében jelen voltam, igyekeztem a legjobb tudásom szerint csinálni. Nagyon nagy elismerés számomra, és hihetetlenül örülök neki!

*– Min dolgozol most? Milyen terveid vannak?*

– Rengeteg fellépésre járok, foglalkozásokat tartok (már két állandó foglalkozásom van Pesten, minden hónapban), mellette óvónőként dolgozom. A magánóvodám tervei is születnek. Ezen kívül – ami talán most a legfontosabb – már dolgozunk a következő lemezen, aminek a nyitódalát a gyerekekkel és az M2 Hetedhét Gyerekhíradójával közösen írjuk. Dolgosan telnek tehát a mindennapok, és ezt nagyon élvezem!

**Pályázatokhoz kapcsolódó kiadványok, újságok készítése, szerkesztése megbízhatóan, gyorsan!**
**Nyertes pályázatok megvalósulásának**
***kötelező közzététele kedvezményesen!***

**Érdeklődni:**
**92/596-936; 30/378-4465**
**e-mail: zalataj@zelkanet.hu**

# Szakmai program

*Dr. Pálfi Dénes* okleveles kertészmérnök volt a vendége a *Lenti Kertbarát Kör Egyesület* legutóbbi szakmai programjának. A lenti vadászházban tartott előadáson szó esett a kiskertek, a szőlő energiapótlásáról, a fahamu, komposzt, műtrágyák használati módjáról, kihelyezéséről. Hasznos tanácsokat kaptak a kertbarátok az agyagos talaj tulajdonságairól és arról, mennyire hasznos, ha már az első hó belemossa nedvességével a trágyaféleségeket a földbe.

A tájékoztatón *Magyar Ottó* tagtárs meghívásának is eleget tettek a résztvevők, aki hidegtálas felszolgálással lepte meg társait, a jó hangulatról pedig *Csondor József* harmonikás és *Nagy Ferenc* hegedűs gondoskodott (képünkön).

ÚJ SZÉCHENYI TERV

# Öngyógyító Lenti Kistérség

A *dr. Hetés Ferenc Szakorvosi Rendelőintézet* a Társadalmi Megújulás Operatív Program keretén belül az „Egészségre nevelő és szemléletformáló életmódprogramok a kistérségekben" című TÁMOP-6.1.2/11/3 pályázati kiíráson 124 909 066 Ft összegű támogatást nyert, Öngyógyító Lenti Kistérség címmel. Jelen projekt így tökéletesen illeszkedik a rendelőintézet, mint pályázó közép és hosszú távú szervezési és egészségfejlesztési elképzeléseibe.

A pályázat célja összhangban van a *Népegészségügyi Program és a Regionális Egészségügyi Fejlesztési Terv* célkitűzéseivel. A pályázat során megvalósított programok segítséget nyújtanak a kistérség lakosságának, hogy információhoz jussanak az egészséges táplálkozásról, részt tudjanak venni a pályázatban létrehozott cukorbeteg klubok, szív- és érrendszeri betegklubok programjaiban. Az egészséges életmódot népszerűsítő mozgásklubok a tervek szerint szintén nagy népszerűségre számíthatnak. Alapvető cél, hogy a Lenti Kistérség hátrányos egészségügyi mutatóit, a lakosság egészségügyi helyzetét, régión belüli hátrányos-különbségét mérsékeljük, illetve közép és hosszú távon megszüntessük. Valamint cél még, hogy Zala megyén belül, lenti kistérségi szinten (51 települést érint), a jelenlévő életmódbeli, egészségügyi ellátásbeli hátrányos helyzetét mérsékeljük, szüntessük meg.

Alapvető cél, hogy a Lenti Kistérség hátrányos egészségügyi mutatóin javítsanak.

Dr. Fekete Zoltán (a kép előterében) a program szakmai vezetője.

A pályázathoz a Lenti Kistérség 9 háziorvosi körzete csatlakozott.

Az együttműködő háziorvosi körzetek:

I. számú felnőtt háziorvosi szolgálat Lenti - *dr. Doncsecz Dorina*

II. számú felnőtt háziorvosi szolgálat Lenti - *dr. Pirkhoffer Katalin*

III. számú felnőtt háziorvosi szolgálat Lenti - *dr. Zsirai Marianna*

*dr. László Péter*, Lovászi, Kerkateskánd, Szécsisziget települések vegyes háziorvosi szolgálata

*dr. Molnár Klára* Tornyiszentmiklós, Tormafölde, Dobri települések vegyes háziorvosi szolgálata

*dr. Venczel István* Cseszt-reg, Baglad, Kerkakutas, Kerkafalva, Ramocsa, Alsószenterzsébet, Felsőszenterzsébet települések vegyes háziorvosi szolgálata

*dr. László Marianna* Csömödér, Iklódbördőce, Kisszi-get, Zebecke települések vegyes háziorvosi szolgálata

*(Folytatás a 8. oldalon)*

Kulcskérdés a kapcsolattartás az egészségfejlesztéssel foglalkozó intézményekkel.

# Öngyógyító Lenti Kistérség

*(Folytatás a 7. oldalról)*

*dr. Bakos Katalin Páka*, Kányavár, Pördefölde, Ortaháza települések vegyes háziorvosi szolgálata

*dr. Barbalics Marianna* Gutorfölde, Szentpéterfölde, Csertalakos települések vegyes háziorvosi szolgálata

Továbbá együttműködő partnerként kívánjuk bevonni a projektbe a kistérség egészségfejlesztéssel foglalkozó civil szervezeteit és a hátrányos helyzetű, illetve fogyatékkal élők képviselőit.

Az Egészségfejlesztési Irodát a rendelőintézet udvari, jelenleg nem használt épületében hozta létre a pályázó dr. Hetés Ferenc Szakorvosi Rendelőintézet. Az iroda működéséhez, kialakításához az épület átalakítására volt szükség ahhoz, hogy megfeleljen az előírt minimum követelményeknek. A közbeszerzést követően a lenti *LEKO Kft.* dolgozói varázsolták újjá az addig használaton kívüli épületet.

Funkcionális átalakításként a teljes épület akadálymentesítése megvalósult. Mobil mozgáskorlátozott rámpa épült az épület akadálymentes megközelítése érdekében.

A rendelőintézet udvari épületében, az Egészségfejlesztési Irodában kialakításra került egy kisebb alapterületű rendelő és egy iroda és társalgó helyiség.

Az Egészségfejlesztési Iroda tevékenységeivel jól illeszkedik a rendelőintézet intézményi szerkezetébe. Közvetlenül az intézményt irányító főigazgatói szint alatt helyezkedik el, önálló intézményi egységként.

Feladataink közé tartozik a pályázatban meghatározott egészségfejlesztési tevékenységek ellátása, betegklubok működtetése, szűrővizsgálati

*(Folytatás a 9. oldalon)*

**A rendelőintézet nem használt épületét alakították át.**

**A felújítást a LE-KO Kft. végezte.**

**A rekonstrukció a tervek szerint zajlott.**

ÚJ SZÉCHENYI TERV

## Rajzpályázat az egészségfejlesztésért

**Koltai Máté (a fotón) rajzát ítélték az egyik legjobbnak a pályázaton.**

A projekt részeként hirdették meg az „Élj egészségesen" rajzpályázatot a 6-14 éves korosztálynak. A pályamunkák témája az egészség megőrzése, javítása, fejlesztése volt. A szakmai stáb az eredményhirdetés előtt elbírálta a remekműveket és a 10 legjobb kabalafigura és 30 legjobb rajz került díjazásra, de a 101 rajzot készítő közül senki sem ment haza üres kézzel, hiszen mindenkinek kedveskedtek egy kis aprósággal a szervezők. A díjakat, jutalmakat Horváth László polgármester adta át a művelődési központ színháztermében.

– A önerő nélkül megvalósuló projekt keretén előadásokat, szűrővizsgálatokat valósítunk meg a járás több településén – tájékoztatta lapunkat dr. Fekete Zoltán, a projekt szakmai vezetője. – A klubok foglalkoznak a diabétesz problémával, a magas vérnyomással küzdők segítésével, illetve különböző egészségfejlesztő előadásokat is szerveznek. A legtöbb program decemberben kezdődik és 2015 májusáig tart, a szűrővizsgálatok pedig, mint a nőgyógyászati, vastagbéldaganat vagy bőrrák szűrés jövő év januártól júniusig bonyolítjuk le. A projekt célja az egészséget szolgáló egyéni magatartásminták kialakítása a lakosság, különösen a magas kockázatú célcsoportok körében az egészségfejlesztést támogató kistérségi intézmény kialakításával és az egészségügyi ellátórendszer egészségfejlesztéssel összefüggő feladatainak összehangolásával.

TÁMOP-6.1.2-11/3-2012-0047
Öngyógyító Lenti Kistérség

**Dr. Hetés Ferenc Szakorvosi Rendelőintézet**
székhely címe: 8960 Lenti, Kossuth út 10.
Tel./Fax: 06/92/351-101
e-mail: lentiszakrend@zalaszam.hu

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség
www.ujszechenyiterv.gov.hu
06 40 638 638

MAGYARORSZÁG MEGÚJUL

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Öngyógyító Lenti Kistérség

*(Folytatás a 8. oldalról)*
programok, előadások megtartása a kistérség együttműködő településein. A pályázat egyik vezetője, *Gáspár Lívia* szerint alapvető a kapcsolattartás az egészségfejlesztéssel foglalkozó szervezetekkel és rendkívül fontos része a programnak az irodát felkereső érdeklődők és betegek tájékoztatása, az ellátó rendszer megfelelő szintjeire (háziorvoshoz, szakorvoshoz való irányításuk).

Az Egészségfejlesztési Irodán (rövidített néven: EFI) keresztül támogatjuk és szervezzük a kistérség településein a daganatos betegségek, szív-, érrendszeri, keringési betegségek, emésztőszervi megbetegedések szűrővizsgálatait, együttműködünk a *Kormányhivatal Népegészségügyi Szakigazgatási Szervének* szervezésében végrehajtott szűrő-vizsgálatokban is, amelyeket Lentiben és a csatlakozott háziorvosi körzetek településein valósítunk meg. A 3 fővel működő EFI-ben így folyamatosan 2-2 szakember biztosítja a szakmai feladatok ellátását, az egészségfejlesztési szolgáltatásokat, és a heti 40 órában működő iroda heti 30 órában fogadja a klienseket.

Az egészségfejlesztési iroda elérhetőségei:
0692/ 351-010, 2134, 2135 mellék
0692/ 351-485 közvetlen vonal
06/20/3626320
lenti_efi_kisterseg@zalaszam.hu

Nyitva tartás:
hétfő: 8.00 -11.00 , 13.00.- 16.00
kedd: 8.00 -11.00 , 13.00.- 16.00
szerda: 8.00 -11.00 , 13.00.- 16.00
csütörtök: 8.00 -11.00 , 13.00.- 16.00
péntek: 8.00-14.00

Terveink között szerepel az elsődleges megelőzés minél szélesebb körben való elterjesztése, tudatosítani kell az emberekben, hogy közös társadalmi érdekünk a betegségek megelőzése.

A férfi és női lakosságra kidolgozott komplex szűrővizsgálatokat tervezünk megvalósítani, nőgyógyászati, prosztata, vastagbél, szív- és érrendszeri megbetegedések kiszűrése érdekében 9 körzetben (Lentiben 3 körzetben, Gutorfölde, Páka, Csömödér, Lovászi, Cseszt-reg, Tornyiszentmiklós) 2014. március-november között. 2014. januártól júniusig 9 körzetben kampány szűrővizsgálatokat szervezünk és hajtunk végre, melyek, bőrgyógyászati, szemészeti, szájüregi, vastagbél, nőgyógyászati és tüdőszűrési szűrőprogramokat tartalmaznak. A járó beteg szakellátáshoz és az alapellátáshoz szervesen kapcsolódó betegklubok működését szeretnénk elindítani, a már működő klubok munkáját segíteni. Új betegklubként cukorbeteg klubokat, szív- és érrendszeri betegklubokat valamint „Lelki egészség" klubját indítjuk be a kistérség számos településén. A különböző egészséges életmódot népszerűsítő programokkal (pl. Tai-chi Chi-kung, relaxációs lazító torna, jóga klub, hastánc), egészségügyi felvilágosító előadásokkal, egészségnapok

*(Folytatás a 10. oldalon)*

Kánya Szilvia, az Egészségfejlesztési Iroda vezetője.

Akadálymentesített az épület.

Iroda, rendelő és társalgó kialakítására került sor.

A műszaki átadás…

Az átalakított épület.

# Öngyógyító Lenti Kistérség

*(Folytatás a 9. oldalról)*
szervezésével a lenti kistérség lakosságának egészségi állapotát szeretnénk javítani.

Az Egészségfejlesztési Iroda vezetője, *Kánya Szilvia* szerint a konkrét programok megvalósítása mellett ugyanilyen fontos, hogy a pályázatban szereplő szűrővizsgálatok, betegklubok, előadások, egészségnapok és hetek felhívják a figyelmet az egészséges életmódra és a szűrővizsgálatokon való részvételre. A testmozgást ösztönző programok szervezésével és népszerűsítésével, valamint a testmozgás tanácsadás bevezetésével a munkaképes korú, illetve az idősebb korosztály mozgásszegény életmódján kívánunk változtatni.

Munkánk első lépésként a kisgyermekeket szólítottuk meg. Nagyon fontosnak tartjuk, hogy minden korosztályt elérjünk programjainkkal. Célként tűztük ki, hogy mindenkinek felhívjuk a figyelmét az egészséges életmód fontosságára.

A pályázat indításakor egy rajzpályázat kiírására került sor „Élj egészségesen" címmel és kabalafigura tervezésre kértük fel az ifjúságot, aminek nagy jelentősége lesz a későbbiekben, hiszen a pályázatunk arculati tervéhez merítünk ötleteket a szebbnél-szebb rajzokból. Nagy sikert aratott-e programunk, hiszen 40 kabalafigura terv és 61 rajzpályázat érkezett irodánkba, összesen 101 remekmű.

A rajzpályázat eredményhirdetésének pillanata.

A program megkoronázása az ünnepélyes díjátadó volt, amit a lenti művelődési házban rendeztünk meg.

Mindenkinek kedveskedtünk egy apró kis ajándékkal, a 10 legjobb kabalafigura tervező és 30 legjobb rajzot készítő pedig értékes sporteszköz ajándékcsomagot vehette át *Horváth László* polgármestertől.

Néhány alkotás a 101 rajzból.

Jutalomműsor is várta a pályázó gyermekeket.

Irodánkba mindenkit várunk,

- aki egészséges, és hosszú távú célként azt tűzte ki maga elé, hogy az is szeretne maradni, és természetesen azokat is várjuk,
- akik bármilyen egészségi problémával küzdenek, hiszen számukra megpróbáljuk megtalálni a sok lehetőség közül a megfelelőt, legyen az szakorvoshoz való irányítás, betegklub, vagy rendezvényeink bármelyike.
- Várjuk intézmények, munkahelyek jelentkezését, amelyek fontosnak tartják dolgozóik fizikális, mentális egészségi állapotának megőrzését, javítását.

**TÁMOP-6.1.2-11/3-2012-0047**
**Öngyógyító Lenti Kistérség**

**Dr. Hetés Ferenc Szakorvosi Rendelőintézet**
székhely címe: 8960 Lenti, Kossuth út 10.
Tel./Fax: 06/92/351-485
e-mail: lenti_efi_kisterseg@zalaszam.hu
honlap: www.lentirendelo.hu/efi

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség
www.ujszechenyiterv.gov.hu
06 40 638 638
MAGYARORSZÁG MEGÚJUL
A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Receptoldal egészséges ételekről

Ha megkérdeznénk tíz embert, hogy mit ért egészséges táplálkozáson, tízféle választ kapnánk. A válaszoknak azonban lenne egy közös vonása: sajnos, az egészséges táplálkozást nem engedhetem meg magamnak, mert Magyarországon ez elérhetetlen.

Ebből kiderül, hogy a legtöbben elképzelünk magunknak a saját ízlésünk szerint megfelelőnek tartott, drága és gyakran felesleges különlegességeket tartalmazó táplálkozást, és azt mondjuk egészségesnek. Az egészséges jelző arra utal, hogy jó táplálékválasztással, menütervezéssel, ételkészítéssel és étkezési ritmussal elegendő energia és tápanyag kerül a szervezetünkbe ahhoz, hogy tartósan egészségesek maradjunk. Ehhez ismerni kell az egészséget védő, megőrző és a betegséget megelőző, azaz az egészséges táplálkozás útmutatásait.

Az egészséges táplálkozás második biztosítéka a változatosság. Az egészség megőrzése és a betegségek megelőzése érdekében rendszeresen fogyasszunk zöldségféléket, főzelékféléket és gyümölcsöket, ez az egészséges táplálkozás harmadik ajánlása.

Az egészséges táplálkozás negyedik tanácsa arra figyelmeztet, hogy a burgonya, valamint a gabonafélék (a főtt tészta, a búzadara, az árpakása, a kenyér, a péksütemények) szintén fontos alkotóelemei a változatos, egészséges táplálkozásnak. Ügyelni kell azonban az elkészítésre, mert például az igen divatossá vált olajban és zsírban sült hasábburgonya, burgonyaszirom nem tartozik az egészséges táplálkozás napi gyakorlatához (persze, a vajjal készült burgonyapüré sem). A kenyerek és a péksütemények csoportjából a teljes kiőrlésű lisztből készült barna változatok különösen értékesek, mert a bennük lévő élelmi rostok serkentik a bélműködést.

A következő tanács arra int bennünket, hogy az eddigieket ki kell egészíteni értékes fehérjeforrásokkal: sovány húsokkal és húskészítményekkel, sovány tejjel és tejtermékekkel, valamint tojással.

Közismert tény az is, hogy a túlzott zsiradékfelvétel nemcsak jelentősen növeli az étrend energiatartalmát és ezzel az elhízás kifejlődésének legfontosabb tényezője, hanem közrejátszik az érelmeszesedés kialakulásában is. Különösen az állati eredetű zsírok szerepe jelentős e tekintetben. A növényi eredetű zsírok összetétele kedvezőbb, rendszeres használatuk révén megelőzhető, illetve mérsékelhető az érfalon az érelmeszesedéses lerakódások keletkezésének veszélye, és összetevőik csökkentik a vérkoleszterin szintet is. Az egészséges és zsírszegény táplálkozásban természetesen nemcsak a látható zsiradékra kell ügyelni, hanem az élelmiszerekben lévő rejtett zsiradékokra is. Kerüljük az édességek rendszeres élvezetét és a bőséges cukrozást. Végül kerüljük a túlzott sózást.

Rendszeresen fogyasszunk zöldségféléket, gyümölcsöket.

Ezúttal a sütőtökös-bazsalikomos tészta elkészítését ajánljuk olvasóinknak.

## Sütőtökös-bazsalikomos tészta

**Hozzávalók 2 adaghoz:**

15 dkg széles metélt,
20 dkg sütőtökpüré,
2 gerezd fokhagyma,
2 evőkanál olívaolaj,
5 dkg vaj vagy Rama,
2,5 dl tejszín,
só,
őrölt fehérbors,
szerecsendió,
bazsalikom,
sajt

**Elkészítés:**

Először a sütőtököt daraboljuk fel, majd sütőben süssük készre, és hagyjuk kicsit hűlni.

Egy serpenyőbe hevítsük fel az olajat, majd adjuk hozzá a vajat, és nyomjuk bele a fokhagymagerezdeket. Ezután öntsük fel a tejszínnel, majd tegyük bele az előzőleg megsütött sütőtökpürét, az apróra felvágott bazsalikomot, és ízlés szerint fűszerezzük. Kézi habverővel keverjük simára, majd kevergetve főzzük néhány percig, hogy a szósz kicsit besűrűsödjön. (Használhatunk hozzá szárított bazsalikomot is, de a frissen szedett levelekkel lesz igazán ízletes.) A tésztát enyhén sós vízben főzzük puhára. Ezután szűrjük le, majd rögtön tegyük rá az elkészült szószra. Alaposan forgassuk össze, és ha szükséges, sóval még ízesítsünk utána.

Tálaláskor a tésztát szórjuk meg reszelt sajttal és apróra összevágott bazsalikommal.

**TÁMOP-6.1.2-11/3-2012-0047**
**Öngyógyító Lenti Kistérség**

**Dr. Hetés Ferenc Szakorvosi Rendelőintézet**
székhely címe: 8960 Lenti, Kossuth út 10.
Tel./Fax: 06/92/351-485
e-mail: lenti_efi_kisterseg@zalaszam.hu
honlap: www.lentirendelo.hu/efi

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség
www.ujszechenyiterv.gov.hu
06 40 638 638
MAGYARORSZÁG MEGÚJUL
A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Újra élet költözött a zajdai laktanyába

**Tökéletes terepet biztosít a volt zajdai laktanya.**

Hosszú csendes évek után nemrég újra katonai bakancsok csattanása visszhangzott az egykoron minden sorkatona által rettegve emlegetett *zajdai laktanya* kihalt falai közt. Vezényszavaktól, gránátok durranásától, csapatrádiós kommunikációtól és lövések zajától volt hangos az egykori katonai létesítmény.

Nem, nem katonai gyakorlatozás zajlott és még csak a sorkatonaság intézményét sem vezették be újra, csupán egy a nagyközönség által talán kevésbé ismert, de hazánkban és külföldön is egyre nagyobb népszerűségnek örvendő szabadidős hobbitevékenység, az *airsoft* játék kedvelői hoztak újra életet a többnyire üresen álló régi épületek falai közé.

Az airsoft-ot sokan hajlamosak keverni a paintball nevű szintén lövöldözős játékkal, pedig a kettő közti hasonlóság lényegében csak abban van, hogy különböző tereptárgyak közt fegyvernek látszó eszközökkel két csapat küzd egymással egy adott cél elérésnek érdekében.

Az airsoft-ot kedvelő és űző közösség tagjainak internetes bejegyzései és ismertetői egyértelműen arról szólnak, hogy ez sokkal több mint egyszerű durrogtatás. A paintball-al ellentétben ebben a játékban a valódival teljesen megegyező fegyver replikákat használnak a játékosok, melyek nem festéklövedéket, hanem apró, biológiailag lebomló golyókat, úgynevezett BB-ket lőnek egymásra. Mivel a lövedék nem hagy nyomot, ezért az játék során eltalált résztvevőnek saját magának kell jeleznie a találatot keze felemelésével és az angol HIT (találat) szó bekiabálásával. Éppen ezért az airsoft egyfajta becsületjáték is, ami még inkább összekovácsolja ezt a közösséget.

Az airsoft-ot űző játékosokat szinte lehetetlen megkülönböztetni a valódi katonától, mivel többségük fegyvere és ruházata a legapróbb részletekig tökéletes másolata az eredetinek. Ezt a hobbit többen azért is választják, mert kiváló közösségkovácsoló ereje mellett a számítógépes lövöldözéssel ellentétben friss levegőn van a játékos, egyfajta testmozgás is, mivel a pályán folyton változtatja a pozícióját a szituációnak megfelelően és nem utolsó sorban megtanul csapatban gondolkodni, valamint sokkal gyorsabbá válik a reakcióideje a váratlan, azonnali megoldást igénylő szituációk miatt.

A közösség tagjainak írásai szerint a zajdaihoz hasonló régi laktanyák tökéletes terepet nyújtanak az airsoft játékok lebonyolítására, mivel többségük hatalmas területen fekszik és olyanok, mint egy-egy háborús övezetben kiürült romos város, mely tele van fedezékekkel, búvóhelyekkel, elfoglalható épületekkel. A játékok során vannak bizonyos viselkedésre és technikai feltételekre vonatkozó alapszabályok, továbbá a szervezők további szabályokkal egészíthetik a rendezvényt. A találkozók során a játékosoknak egy a játékmesterek által kitalált háborús szituációt kell megoldaniuk, mely a hétvégi eseményen egy terület és adott épületek elfoglalását jelentette.

A zajdai airsoft találkozóra több mint 200 résztvevő érkezett, többségük *Ausztriából*, de találkoztunk szlovéniai csapatokkal is. A szervezők utólagosan számos pozitív véleményt fogalmaztak meg a helyszínnel kapcsolatosan, így terveik szerint következő évben valószínűleg több alkalommal is szeretnének hasonló vagy még nagyobb létszámú találkozót szervezni a lenti laktanyába.

# Hagyományteremtő céllal

Hagyományteremtő céllal rendezte meg a *Kolping Támogató és Foglalkoztató Központ* karöltve a *Fehér Bottal a Kerka Mentén Együtt Egymásért Egyesülettel* „A fogyatékosság nem akadály, játék határok nélkül" elnevezésű programját a lenti Sárberki Szabadidő Központban. *Pozsonec Csoma Veronika*, a központ vezetője érdeklődésünkre elmondta, programjuk az integráció jegyében zajlik, a szomszédos Lendváról két intézményből, továbbá a megye hasonló, fogyatékosokkal foglalkozó otthonaiból várnak vendégeket:

– Óriáscsúszda, kétkerekű kisjármű, bemutatkozó kulturális műsorok, kézműves foglalkozások és szabadidős kikapcsolódás várja az érdeklődőket. Hasonló rendezvényekre általában a fővárosban és a megyei központokban kerül sor, anyagi lehetőségeink nem teszik lehetővé a távolabbra utazást, így a magunk és partnerintézményeink számára hoztuk létre a mai találkozót. Célunk, hogy megmutassuk: a fogyatékosság nem jelenti a teljes életről való lemondást, vannak életcélok, törekvések és igazán példaértékű néhány sortársunk élethez való hozzáállása – tette hozzá Pozsonec Csoma Veronika.

Az eseményhez kapcsolódott még „Segíthetünk? Önkéntes fiatalok akcióban!" projektje által a lenti *Lámfalussy Sándor SZKI* is, *Kissné Kóti Éva* és *Soósné Bertalan Irén* osztályfőnökök irányításával.

– Az egyik terület, amit választottunk a szociális tevékenységek köréből, a „fogyatékos személyek ellátásának segítése, közös kulturális és sport tevékenységben részvétel" – részletezte Kissné Kóti Éva. – Két osztállyal veszünk részt a mai rendezvényen, így fejlesztjük tanítványaink szociális érzékenységét, toleranciájukat, fejlődik felelősségvállalásuk, ezáltal nem félnek az új, ismeretlen feladatokban szerepet vállalni, mindeközben egymást motiválják és már középiskolás éveikben megtalálhatják életcéljukat, hivatásukat akár a szociális munka területén.

**Részlet a kulturális műsorból.**

*dj*

# Az idősek iránti szeretet és tisztelet

## *Zala Megye Szociális Gondoskodásáért Díjat kapott*

A *Zala Megyei Közgyűlés* közelmúltban tartott ünnepi, zalavári ülésén kitüntetések átadására is sor került. Az ünnepségen *Ábrahám Csilla*, a Kolping Gondozási Központ Lenti és kistérsége zalabaksai Kolping Otthonának részlegvezetője Zala Megye Szociális Gondoskodásáért Díjat kapott.

– 1998 óta tevékenykedem az idősellátásban, előtte gyógyszertári asszisztensként dolgoztam. – kezdte Ábrahám Csilla beszélgetésünket életpályája áttekintésével. – Lentiben, a központban az idősek klubját vezettem és vezetőhelyettesként tevékenykedtem, majd Zalabaksán lettem részlegvezető az otthonban.

– *Hány munkatárssal dolgoznak Zalabaksán?*

– 23 fő a munkatársaim száma, ők főnővér, nővér, foglalkoztató, mentálhigiénés munkatárs, takarítónő, mosónő, karbantartó és konyhai segítő munkakörben dolgoznak, valamint 58 lakó (idős ember) él az otthonban.

– *Ittlétünk rövid ideje alatt is érezhető az a gondoskodó szeretet, ami az otthon lakóit körülveszi!*

– Az idősek iránti tisztelet, alázat, szeretet nagyon fontos a munkánkban, a szociális gondoskodásban. Az ápoláson és a gondozáson túl az ellátottak napjainak hasznossá tétele, a szabadidő tartalommal való megtöltése a célunk. Az igazi otthont sajnos nem tudjuk pótolni, de adott egy barátságos környezet, amely biztonságot, törődést nyújt lakóinknak.

– *Ez a törődés, odafigyelés bizonyára a vezetői erényeinek alapköveit is jelentik.*

– Természetesen, de ugyanilyen fontos a munkánkban a kollegalitás és csapatmunka is! Mindenkinek azonos hullámhosszon kell lennie, gondoskodásában is azonos tartalmakat kell megvalósítania a sikeres munkához. Elmondhatom, nekem szerencsém van, hogy ilyen munkatársaim vannak, mindenkit elismerés illet, hiszen nagyon nehéz szakterületen felemelő tevékenységet végeznek.

– *Hogyan fogadta a megyei szintű kitüntetést?*

– Természetesen nagyon örültem, meglepett a kitüntetés, ugyanis mindig azt gondoltam, hogy én csak teszem a dolgom. Nagyon jól esett, nem vártam ezt a magas szintű elismerést, melyet ezúton is megköszönök a felterjesztőimnek és csak ismételni tudom, hogy jó teljesítményt csapatmunkával lehet elérni és természetesen szükség van a nyugodt, támogató családi légkörre is.

*dj*

**Ábrahám Csilla (az első sorban jobbról a harmadik) ragaszkodott ahhoz, hogy ne portréfotó készüljön. Szívesebben állt a gondozottak és a munkatársak közé.**

# Ünnepség a Fehér Bot Nemzetközi Napján Lentiben

**A muravidéki delegáció a rendezvényen.**

„A Kerka mentén és a Muravidéken fogyatékossággal élő személyek és szervezeteik esélyegyenlőségének biztosításáért" - Együtt-Egymásért II. projekt együttműködő partnerek tartották meg ünnepségüket a közelmúltban a Fehér Bot Nemzetközi Napja alkalmából.

– Az emléknapoknak nem arról kell szólniuk, hogy csak azon az egy napon figyeljünk oda az érintettekre, és különben ne tegyük azt az év többi napján – válaszolta kérdésünkre az ünnepségen résztvevő *Szakály Melinda*, a Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségének elnöke. – Fontosabbnak tartom azt, hogy ilyenkor a látássérültek mutassák meg magukat, mint tették ezt központi ünnepségünkön is, ahol látássérült művészek, és olyanok léptek fel, akiknek valamilyen szinten közük van a látássérültekhez.

Az ünnepi esemény nemzetközi jellegét a Csáktornyáról (Horvátország) érkezett *Udruga Cakovec Egyesület*, a *szlovéniai Muraszombat* és *Ptuj* települések látássérült egyesületi delegációja erősítette, továbbá együttműködő partner volt a szervezésben a lenti egyesülettel karöltve a Kolping Támogató és Foglalkoztató Központ is.

– Ünnepségünk kiemelkedő jelentőségű rendezvénynaptárunkban és nagy örömünkre szolgál annak nemzetközi jellege, hiszen muravidéki, horvátországi sortársaink is megtiszteltek bennünket a mai alkalommal, az országos vezetőség részvétele mellett – emelte ki az esemény jelentőségét *Kovács Béla*, a lenti Fehérbottal a Kerka Mentén Együtt - Egymásért Egyesület elnöke. – Célunk, hogy igazoljuk a mai világban jelenlétünket, az akadálymentesítés szükségességét, az esélyegyenlőséget, amely területeken még van tennivaló. Ettől az évtől határozott lépéseket teszünk a fogyatékos emberek integrációja érdekében, a látássérülteken túl a mozgáskorlátozottak, a hallássérültek érdekében tevékenykedünk, amelynek szakmai alapját adja a helyi támogató szolgálattal való közös együttműködésünk.

A lenti egyesület elnöke még elmondta: ugyancsak előrelépés történt nemzetközi kapcsolataik bővítése és a tartalmi együttműködő munka tekintetében is, hiszen a korábbi muraszombati kapcsolatukon túl szoros kapcsolatot építettek ki a horvátországi és ptuji társszervezeteikkel.

– Sporttalálkozókkal kezdtük kapcsolatainkat a magyarországi testvérszervezetünkkel, melyet mára már a kulturális területeken is összefűztünk, így elmondható, hogy nagyon jó, építő jellegű az együttműködésünk a helyiekkel – erősítette meg az előbbieket *Janez Solina*, a ptuji egyesület elnöke.

A rendezvényen a köszöntők, az ünnepélyes megnyitó után kulturális műsor, segédeszköz bemutató, majd ebéd és kötetlen beszélgetés, eszmecsere lehetősége állt a résztvevők rendelkezésére.

*Dányi József*

Viktória Ruhakölcsönző
Lenti, Sugár u.1.
Menyasszonyi, koszorúslány és elsőáldozási ruhák kölcsönzése, eladása.
Széles választék, kedvező árak.
Ruhapróbára bejelentkezés:
92/351-117, 06-30-650-4127
Sári Zoltánné

# Asztalitenisz-siker Gödöllőn

*Gödöllőn* rendezték meg a speciális tantervű iskolák részére kiírt 12. országos asztalitenisz diákolimpiai döntőt.

Az ünnepélyes megnyitón részt vett *dr. Gémesi György* polgármester, *Szabó László* FODISZ elnök. Bemutatót tartott *Tóth Krisztina* asztalitenisz legenda, a Magyar Köztársasági Ezüst Érdemkereszt tulajdonosa, 28-szoros magyar bajnok, 7-szeres Európa-bajnok, aki 13-szor volt az év magyar asztaliteniszezője, s 2000-ben a Sidney-i olimpián párosban a legjobb 4 közé került, és *Németh Károly* 171-szeres válogatott, örökös magyar bajnok.

A döntőben a *lenti Móricz Zsigmond Egységes Gyógypedagógiai Intézmény* sportolói sokadszor írtak sporttörténelmet, hiszen sorrendben 12. alkalommal is aranyérmesként képviselték Zala megyét. Ez a megyében és országosan is egyedülálló sorozat.

*Horváth Rozália* paralimpiai válogatott kerettag 4. alkalommal szerepelt a döntőben, aki idén megkoronázta káprázatos pályafutását, veretlenül, játszmaveszteség nélkül lett bajnok. *Orsós Zoltán* (Lenti) is tisztességgel helytállt, 6. helyen végzett.

**Horváth Rozália és Paksa Tibor.**

*Paksa Tibor* felkészítő tanárnak pedig az a dicsőség jutott, hogy már a 23. országos döntőben szerepeltek eredményesen tanítványai (12 asztalitenisz, 11 labdarúgás).

# Válogatott meccsen...

*Drávecz Gyula*, a lenti Arany János Általános Iskola tanára szervezésében jutottak el Budapestre, a magyar labdarúgó-válogatott Andorra elleni mérkőzésére lenti fiatalok (képünkön).

– Az MLSZ Gyermek Szektorához regisztráltunk – még az ominózus holland meccs előtt – jegyzi meg tréfásan Drávecz Gyula –, és lehetőségünk nyílt egy kirándulásra Budapestre, egyben megtekintve a válogatott utolsó mérkőzését. Az Arany és Vörösmarty iskolákból 25 fő labdarúgást szerető, iskolai csapatok különböző korosztályaiban szereplő tanuló jött velünk és a tapasztalatszerzés mellett még a végeredmény is nekünk kedvezett, hiszen 2-0-ra nyertünk!

# HIRDETMÉNY

## Lenti Város Kitüntetései

Lenti Város Önkormányzat képviselő-testületének a kitüntető címek, valamint díjak alapításáról és adományozásáról, továbbá a „Lenti Város Tiszteletbeli Polgára" cím adományozásáról szóló 27/2012. (III.29.) önkormányzati rendelettel módosított 23/2011. (VIII.31.) önkormányzati rendelete értelmében

- Lenti Város Díszpolgára Cím,
- Lenti Városért Díj,
- Lenti Város Egészségügyéért Díj,
- Lenti Város Ifjúsági Sportjáért Díj,
- Lenti Város Környezetvédelméért Díj,
- Lenti Város Közszolgálatáért Díj,
- Lenti Város Közművelődéséért Díj,
- Lenti Város Oktatásáért Díj,
- Lenti Város Sportjáért Díj,
- Lenti Város Szociális Gondoskodásáért és Gyermekvédelméért Díj,
- Lenti Város Gazdaságáért Díj,
- Lenti Város Közösségi Életéért Díjakra

vonatkozó javaslatokat – részletes indoklással – **2013. november 30. napjáig** lehet megküldeni a polgármesterhez címezve.

A kitüntetések adományozására javaslatot tehet: a képviselő-testület tagja, a bizottság tagja,

bármely lenti állampolgár, helyi szervezet, egyesület.

# Fogadóórák

**Horváth László polgármester,**
**Ferenczi Róbert alpolgármester**
fogadóórájára a 92/553-912-es telefonszámon lehet jelentkezni.

**Települési képviselők fogadóórái:**

**Drávecz Gyula**
2013. november 4-én (hétfőn) 8.00-9.00 óráig,
**Dr. Fekete Zoltán**
2013. november 5-én (kedden) 15.00-16.00 óráig.
**Árkovicsné Pezzetta Claudia**
2013. november 6-án (szerdán) 9.00-10.00 óráig,
**Vatali Ferenc**
2013. november 6-án (szerdán) 16.00-17.00 óráig,
**Héra József**
2013. november 11-én (hétfőn) 15.00-16.00 óráig,
**Gáspár Lívia**
2013. november 20-án (szerdán) 13.00-14.00 óráig.

**Helye: Polgármesteri Hivatal I. emeleti tanácskozóterem**

**Városrészekben tartandó fogadóórák:**

**Drávecz Gyula**
2013. november 4-én (hétfőn) 17.00-18.00 óráig a bárszentmihályfai orvosi rendelő épületében,
**Vatali Ferenc**
2013. november 6-án (szerdán) 17.15-18.15 óráig a lentikápolnai kultúrházban,
**Héra József**
2013. november 11-én (hétfőn) 16.15- 17.15 óráig a mumori kultúrházban,
**Gáspár Lívia**
2013. november 12-én (kedden) 14.30-15.30 óráig a máhomfai kultúrházban,
**Gáspár Lívia**
2013. november 12-én (kedden) 16.00-17.00 óráig a lentiszombathelyi kultúrházban
fogadják az érintett városrész lakóit.

# Bajnokot avattak

Véget ért a városi kispályás labdarúgó bajnokság 2013. évi kiírása, a csapatok ősztől teremben folytatják a küzdelmet. A résztvevő nyolc együttes, az IPA Lenti együttese korábban visszalépett a küzdelmektől, között kihirdették a végeredményt. Harmadik helyen végzett a *Zala Volán* csapata, második lett a *Farmervilág*, míg az aranyérmet a *Fregatt TK* együttese szerezte meg. A bajnokság gólkirálya a negyedik helyezést elérő *Memory Computer* csapatának tagja, *Balazsic Péter* lett 33 góllal.

A díjakat *Horváth László* polgármester adta át a csapatok képviselőinek.

**Végeredményt hirdettek a városi labdarúgó bajnokságban. Képen az első három helyezett csapat vezetője és a gólkirály.**

# Veterán foci Lentiben

A Magyar Labdarúgó Szövetség szervezésében rendezték meg *Lentiben*, a Lenti TE sportpályáján a veterán labdarúgó bajnokság Zala megyei csapatainak gálamérkőzését. Zalában három csapat, *Zalaegerszeg, Nagykanizsa* és Lenti vesz részt a bajnokságban. Három mérkőzést játszanak kispályán az őszi és hármat a tavaszi szezonban. Idén a zalaegerszegiek nyerték a megyei bajnokságot, valamint ők lettek tavaly az országos elsők is. Lenti a második helyet szerezte meg a zalaiak között. A 2013-as évet záró gálamérkőzésen a megyeszékhelyi együttessel szemben egy lenti-nagykanizsai vegyes csapat állt fel.

A mérkőzést követően került sor az ünnepélyes eredményhirdetésre. A bajnokság gólkirálya a lenti *Román Péter* lett.

A veteránok futballcsapatokban 58 év felettiek, egykor aktív, NB I-ben és alacsonyabb osztályokban szereplő játékosok vesznek részt.

**A képen a lentiek veterán együttese.**

# Rangos feladat

**Vörös László, Szente Róbert, Drávecz Gyula, Deák Ferenc, Siket László. Horváth Péter hiányzik a képről.**

Október elején érte a megtiszteltetés a *lenti játékvezetőket* az NB I U 19 és U 21-es korosztály *Kaposvári Rákóczi - Győri ETO FC* labdarúgó mérkőzéseit vezethették- tájékoztatott *Drávecz Gyula*, az egyik bíró.

– Mindnyájan a megyei játékvezetői keret tagjai vagyunk, nagy megtiszteltetés számunkra, hogy ezen a szinten is kipróbálhattuk tudásunkat – tette hozzá Drávecz Gyula.

A lenti játékvezetők csoportját vezetőjük, *Szép Sándor* mutatta be lapunknak:

– 2004 óta irányítom a lenti játékvezetői csoportot, 20 fővel dolgozunk, egy országos kerettagunk is van az NB III-ban, amely nagy megtiszteltetés és öröm számunkra – emelte ki szerényen az utóbbit Szép Sándor, ugyanis fiáról, Szép II. Sándorról van szó. – A megyei első osztályban négyen bíráskodnak, a megye kettőben három, a megye háromban hat fújja a sípot, négy megyei asszisztensünk és két ellenőrünk van, elmondható, hogy jó a foglalkoztatásunk. Minden feltétel adva van a jó munkához a város, a polgármester úr támogatásával, a művelődési központ pedig biztosítja üléseink helyszínét, melyet ezúton is köszönünk.

*dj*

## PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

*Lenti Város Önkormányzata* Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjpályázatot hirdet felsőoktatási hallgatók, illetve felsőoktatási tanulmányokat kezdeni kívánó fiatalok támogatására

A pályázat benyújtásának feltételeire, a csatolandó dokumentumokra, valamint a pályázati eljárás rendjére vonatkozó részletes információk megtalálhatók a Polgármesteri Hivatal hirdetőtábláján, valamint a város honlapján (www.lenti.hu).

**Lenti és Vidéke**

**Közéleti havilap**

Kiadó-főszerkesztő: **Ekler Elemér**
Szerkesztőség:
8901 Zalaegerszeg, Rákóczi út 2-4. Pf.: 381.
Tel.: (92) 596-936; Fax: (92) 596-937
E-mail: zalataj@zelkanet.hu
Kiadja: **Zalatáj Kiadó**
Készült:
**Göcsej Nyomda Kft.;** Zalaegerszeg, Bajcsy-Zs. tér 2.
Tel./Fax: (92) 316-783
**ISSN 1585-3411**

# FINOMLISZT TÜSKESZENTPÉTER

"Lisztet csak Tüskeszentpéterit hozz a boltból."
- mondta nagyanyám.

(Kertész László malmi ágazatvezető)

**Zala-Cereália Kft.**
8790 Zalaszentgrót-Tüskeszentpéter, Nyár u. 1.
Tel.: 83-562-950 • Web: www.zala-cerealia.hu

# FARKAS PÁLINKA

Hungaricum

*Nagylengyel*

– Bérfőzés
– Palackozás
– Igény szerint cefrebeszállítás

FARKAS PÁLINKA Anno 1982 ŐSI ZALAI ZAMATOK

Várom régi és leendő ügyfeleimet!

**Telefon: 92/380-037**

# ONLINE PÉNZTÁRGÉPEK!

Megrendelés felvétele, tájékoztatás
az alábbi címen, vagy telefonszámon:
***CZOTTER BT., Zalaegerszeg, Gyimesi u. 36.***
***Tel.: 06 20/951-0824***

# Polgári búcsúztatás

**Horváthné Bencze Irén**
**Iroda: 8913 Egervár, Nádasdy T. u. 24.**
**Telefon: 92-564056**
**Mobil: 30-2524002**
**E-mail: bencze.iren@t-online.hu**

# GÖCSEJ NYOMDA

SZERKESZTÉSTŐL A KIVITELEZÉSIG

- Ofszetnyomtatás 1-2 színes géppel és 4 színes géppel + lakkozás
- Flexo nyomtatás 8 színes géppel + UV (tekercses öntapadós címkék, fólianyomás stb.)
- Digitális színes és fekete-fehér nyomás fotóminőségben
- Teljes körű kötészeti munkák
- Újság- és könyvkiadás

ELÉRHETŐSÉGEINK:
8900 Zalaegerszeg, Bajcsy-Zsilinszky tér 2.
Telefon: (92) 331 - 539 • Tel./Fax: (92) 316 - 783
Ofszet, digitális: 06 (30) 520 - 3132 • Flexo-üzem: 06 (30) 929 - 1219
E-mail: info@gocsejnyomda.hu • Web: www.gocsejnyomda.hu

Értesüljön híreinkről, írásainkról, képgalériákról a Facebookon is! Keresse ott a Zalatáj Kiadó adatlapját, és a Tetszik gombra kattintás után értesülhet internetes tartalmainkról is.

facebook

# MEMORY COMPUTER

www.memorycomputer.hu
info@memorycomputer.hu
8960, LENTI TEMPLOM TÉR 10.
Tel./FAX: 06-92-551-002

# OVERMAX

Your electronic world

**OV-DualDrive**

**Tablet PC TV+Navi**

Kijelző: 7" (800x480) 16:9 érintőképernyő
Processzor: TCC 1.2GHz RAM: 1GB,
Tárhely: 8GB - microSD-vel bővíthető
GPS: Beépített GPS + Térkép alkalmazás
TV tuner: DVB-T tuner
WiFi, Bluetooth,Webkamera, G-Sensor
Android 4.0

**34.990Ft**

## Szolgáltatásaink:

- Számítógépek, notebookok javítása, karbantartása, telepítése, vírusírtás
- Tintapatronok, tonerek, alkatrészek, perifériák, programok értékesítése

**Compaq CQ58-351SH**

15,6" HD LED, AMD E1-1200 DualCore, 4 GB DDR3
750GB Serial ATA, DVD-RW, Radeon HD 7310
Wifi, Bluetooth, 3x USB 2.0, HD webcam, HDMI

AKCIÓS ÁR **102.900Ft**

Érdeklődjön telefonon: 06-92/551-002

Az árak tartalmazzák a 27% ÁFÁ-t és a készlt erejéig érvényesek!