



# NÁDI SUTTOGÓ

SZÉPVÍZ KÖZSÉG HAVILAPJA

II. ÉVFOLYAM, 2. SZÁM, 2012. FEBRUÁR



## FARSANGI BESZÁMOLÓ

2012 február 11-én, szombaton Szépvíztől indult a busz, felvette a borzsovaiakat s így együtt haladtunk Alsósófalva felé a XX. Megyei Farangbúcsúztatók Találkozójára, amin 12 hazai és 2 magyarországi csapatból több mint 800 maszkás vett részt.

A helyi „Sükösd Ferenc Általános Iskola” udvarán volt a csoportok fogadása. Egy kis szíverősítő után kezdődött a megnyitó ünnepség, majd minden csoport elindult a faluszélek felé, s onnan vissza a központba. Mindenki bemutatta saját hagyományát és közösen az alsósófalvi székely emberekkel űztük el a telet, a rosszat, mely a hol Dobainak, hol Cibere vajdának, hol Illésnek nevezett szalmabábu elégetésében nyilvánult meg. Közös ebéd után mindenki felült a saját autóbuszára és élménnyel, jókedvvel megrakodva elindult hazafelé.

Ezúttal a csapat és a falvaink nevében, nyilvánosan is hálás köszönetemet fejezem ki a szervezőknek. A jövő évi vizionlátásra Csikcsicsóban!

Másnap, 12-én vasárnap, Borzsvában égettük el Dobait. Öröm volt észlelni, hogy a borzsovai székely ember is részt tud venni egy olyan rendezvényen, mely a mulatságról és az összetartásról szól. Egy ilyen kis közösségben

minden egyes ember, ha ráérez arra, hogy ugyanúgy, mint egy családban, ebben a közösségben megvan a saját maga szerepe és kötelessége, akkor nemcsak farsangot tudunk együtt temetni, hanem a közös problémáknak nagy részét meg tudnánk oldani. Hálás köszönet azon asszonyoknak és embereknek, kik erre ráéreztek és részt vettek a közös mulatságban, biztosítván a sok finomságot, amely az asztalokon volt. A kultúrház előtt elégettük Dobait, majd odabent Nagy Árpád a gyerekeknek táncot tanított. A talpalávalót mindvégig Bíró Ernő, Bogos Árpád és Abos István húzták. Köszönetet szeretnék mondani a borzsovai és szépvízi fiataloknak kik eljöttek és a falunkat, sőt az egész községet képviselték és ismét úgy mutattuk meg a világnak, ahogy őseink emléke megérdemli. Hálás köszönet a csíkszépvízi önkormányzatnak és a borzsovai közbirtokosságnak az anyagi támogatásért, a zenész uraknak a kitartásért és a jó zenéért és mindazon személyeknek, akik valamilyen formában segítettek abban, hogy 2012 farsangját is olyan méltóságteljesen el tudtuk búcsúztatni, ahogy közösségünk megérdemli. Most már nyugodtan bőjtöve és imádkozva készülhetünk a húsvétra, a megváltásra. *(folytatás az 5. oldalon)*

**KOVÁCS KÁROLY**

# ÉLELMISZERTÁMOGATÁSOK KIOSZTÁSA

Idén is kiosztásra került a községben az Európai Unió élelmiszertámogatás. A kisnyugdíjasok, a mozgáskorlátozottak, a munkanélküliek és a szociális segélyre jogosultak vehettek át tartós élelmiszereket tartalmazó csomagot a Hargita Megyei Tanács Szociális Osztálya által meghatározott mennyiségben, az általuk összeállított lista alapján. A munkanélküliek esetében a mennyiség valamennyivel kevesebb volt a többiekéhez képest, mivel létszámuk a téli időszakban több mint kétszeresére nőtt, viszont kellett kapjon minden jogosult. A kiosztás végén megmaradó élelmiszerek (így az időközben elhalálozottak megmaradt része) a nagycsaládosoknak adódtak ki a Megyei Tanács utasítása alapján.

**BALÁZS GÁSPÁR**  
alpolgármester

## MEZŐGAZDASÁGI TANFOLYAM INDUL

2012. márciusától a Hargita Megyei Agrárkamara szervezésében és a Szépvízi Polgármesteri Hivatal támogatásával mezőgazdasági szakképzésre kerül sor. A képzésen résztvevő személyek a mezőgazdasági minisztérium által kiállított érvényes „mezőgazdász” oklevelet kapnak, amely az elméleti felkészítés mellett, a mezőgazdasági pályázatok benyújtásához is elengedhetetlen. A képzésre a község lakói jelentkezhetnek kortól és nemtől függetlenül.

A beiratkozási dossziék összeállításában a polgármesteri hivatal segítséget nyújt.

Szükséges iratok:

- típuskérés, szerződés (a hivatalban megtalálható)
- személyazonossági igazolvány másolata
- az utolsó végzettséget igazoló diploma másolata
- nők esetében a házasságlevél másolat, ha házasság előtti a végzettségüket igazoló diploma (változott a név)
- 200 lej előleg

## ADÓFIZETÉSI TUDNIVALÓK

Azon személyek, akik március 30-ig (10,00 óra) kifizetik a 2012-es évre megállapított épület-, terület- és gépjárműadó teljes összegét, 5 százalékos kedvezményben részesülnek.

Azon személyektől, akik gyermeknevelési vagy szociális segélyben, illetve családtámogatási pótlékban részesülnek és nem fizették ki az előző évi helyi adójukat és illetékeiket, a kormány döntése értelmében megvonják öt hónapra a juttatásokat. Amennyiben eltelik az öt hónap és az érintett nem fizette ki az adót, törlik a szociális juttatásra jogosultak listájáról. Abban az esetben, ha időközben kifizetik a tartozást és azt nyugtával bizonyítják az ügynökségnél, helyi tanácsnál, visszakapják a segélyt az arra jogosultak.

## TANÁCSI HATÁROZATOK – 2012

2012/ 5. sz. határozat – A 2011-es esztendő végleges pénzügyi kimutatása és jóváhagyása;

2012/ 6. sz. határozat – A 2012-es évi helyi költségvetés megvitatása, elfogadása;

2012/ 7. sz. határozat – A házasság közigazgatási úton való felbontási díjának megszabása a 2012-es évre.

## HIRDETÉS

2012 márciusától, havonta egy alkalommal a POLISAN laboratórium dr. Vitos Erika rendelőjében laborvizsgálatokat végez. Érdeklődni a 0266-325110-es telefonszámon.

## ANYAKÖNYV

2011. JANUÁR 20. – 2012. FEBRUÁR 20.

### SZÜLETÉSEK:

Szépvíz – Smazenka Mátyás, Gránca Jolán  
Csíkszentmihály – Oltean Kamilla  
Csíkborzsova – Tamás Krisztina  
Bükkloka –

### ELHALÁLOZÁS:

Szépvíz – Becze Ferenc, Karácsony Jenő,  
Izsák Árpád  
Csíkszentmihály – Eröss Julianna  
Csíkborzsova –  
Bükkloka –

### SZÉPVÍZ KÖZSÉG POLGÁRMESTERI HIVATALÁBAN HÁZASSÁGOT KÖTÖTTEK:

Buta László és Ghicajanu Enikő

## FIATAL VÁLLALKOZÓK

### ÖSZTÖNZÉSÉRE

A szépvízi Polgármesteri Hivatal felhívja a lakosok figyelmét, hogy a kormány meghirdette a „A fiatal vállalkozók vállalkozásainak létrehozását és fejlesztését ösztönző programot”. Azoknak, akik szeretnék részt venni a programban, az alábbi követelményeknek kell többek között megfelelniük: nem lehetnek 35 évnél idősebbek, vállalkozásuk létrehozását megelőzően nem voltak részvényesek vagy társtulajdonosok egy, az Európai Gazdasági Térségben működő vállalkozásban, az újonnan alakult cégnek legtöbb 5 aktivitása (cod CAEN) lehet, legkevesebb 2 személyt kell alkalmaznia meghatározatlan időre, évente a cég jövedelmének minimum 50%-át újra be kell fe-

tetnie, havonta és évente bizonyos jelentéseket (raportokat) kell beküldenie az ügynökséghez. Feltétel, hogy a pályázók első alkalommal hozzanak létre egy korlátolt felelősségű gazdasági társaságot, ugyanakkor először vegyenek részt a programban.

A program segíteni szeretné az újonnan alakult mikro-vállalkozásokat, ösztönözni a fiatalokat új mikro-vállalkozások létrehozására, lehetőséget nyújtani a fiataloknak vissza nem térítendő támogatások lehívására.

A Kis- és Középvállalkozások Országos Ügynökségének honlapján ([aippimm.ro](http://aippimm.ro)) 2012. február 15-től elérhető az üzleti tervek feltöltéséhez szükséges online alkalmazás.

## TERÜLETALAPÚ TÁMOGATÁSOK IGÉNYLÉSE

A Hargita Megyei Mezőgazdasági Intervenciós és Kifizetési Ügynökség (APIA) tájékoztatása alapján a Polgármesteri Hivatal a lakosság tudomására hozza, hogy a 2012-es területalapú támogatások (SAPS) igénylése hivatalosan március elsején kezdődik, és május 15-ig lehet késedelmi büntetés kockázatát nélkül leadni az igényléseket.

Szépvíz község lakói kéréseikkel **2012. március 10.** után jelentkezhetnek a Polgármesteri Hivatal 12. számú irodájában.

## A NŐI KLUB HÍREI

A Női Klub keretében másfél órás dokumentumfilm vetítésre került sor február 13-án, a szépvízi Polgármesteri Hivatal Pincetermében. A film részletes beszámolót nyújtott az ipari mezőgazdasági termelés egészségbiztonságra gyakorolt negatív hatásairól, az öntudatos vásárlás és a biogazdálkodás fontosságáról.

A Nádi Suttogóban korábban említett, Szülő-Pedagógus találkozóra, amelyet a Nyíró József Általános Iskolával közösen szervezünk, március 21-én kerül sor, 17:00 órától a Pinceteremben. A rendezvényen vendégünk lesz Ferencz S. Alpár főtanfelügyelő, akitől az új tanügyi törvény kapcsán felmerülő kérdéseinkre kaphatunk választ. Szeretettel várjuk a községbeli szülőket és nagyszülőket egyaránt!

SZAKÁCS ADÉL

## KULTÚRCSÜTÖRTÖK



Sarány István szerkesztő legújabb köteteinek bemutatására került sor 2012. február 2-án, csütörtökön délután 19 órától a szépvízi községháza pincetermében. A szerzővel Oláh Gál Elvira újságíró beszélgetett.

Macalik Ernő karcfalvi biológus, tanár *Életmóddal egészségünkért* címmel tartott előadást 2012. február 9-én, csütörtökön délután 19 órától a szépvízi községháza pincetermében.

*Megmaradásunk esélyei* címmel tartott előadást Beder Tibor nyugalmazott tanár, tanfelügyelő 2012. február 16-án, csütörtökön délután 19 órától a szépvízi községháza pincetermében.

Sokat gondolkoztam  
a régi Atyákról...

Harangozó Imre  
tanár - néprajzkutató

az Spolvi Arnold Népfőiskola alapító elnökének  
hőnyelvemutatóval egybekötött előadása.

Felkért hozzászóló:  
Halász Péter  
néprajzkutató, a Duna tr. nyug. főszerkesztője

2012. március 22. 19-óra  
Szépvízi Községháza Pinceterme



# RÉSZLETEK DEBRECZY SÁNDOR ÖNÉLETÍRÁSÁBÓL

## SZÉPVÍZI GYERMEKÉVEK

*Százöt éve, 1907. február 23-án született Kászonújfaluban Debreczy Sándor pedagógiai író, Csoma Sándor-kutató. 1910-13 között Gyimesbükön élt, ahol apja, Debreczy József csendőr-ormesterként szolgált. 1913-17 között a család Szépvízen lakott. Debreczy Sándor a sepsiszentgyörgyi Székely Mikó Kollégiumban érettségizett, főiskolai tanulmányait a kolozsvári Ferdinandyegyetemen (1925–28), majd a párizsi Sorbonne-on végezte. 1944-ig Sepsiszentgyörgyön volt magyar-francia irodalom szakos tanár. A második világháborúban orosz fogságba esett, 1948-ban tért haza. Ezután a Bolyai, majd a Babeş–Bolyai Egyetem előadótanára volt 1968-ig. Önéletrajzi feljegyzéseit 1969-ben kezdte írni. Szépvízen eltöltött gyermekéveiről szóló feljegyzései a Hargita Népe napilap nyomán a Nádi Suttogóban Debreczy Sándor leánya, Viziné Debreczy Ildikó jóvoltából jelenhetnek meg.*

**DACZÓ KATALIN**



Debreczy Sándor testvérével, Emmával

(...) 1913. januárjában édesapámat áthelyezték járásormesterként a szépvízi járásba, Szépvízre, Csík vármegyébe. Szépvíz a Madéfalva-Gyimesbükki vasútvonal mentén, a hegyek alatt fekszik. Tekintélyes község volt, járási székhely. 1940-ben lakóinak száma elérte a 3468-at. A házak közül magasan kiemelkedett a r. katolikus nagy templom fehérre meszelt tornya. Itt találkoztam először életemben az áhítattal, a vallásos félelemmel. Plébánosát Kovács Mihálynak nevezték. Jóságú, öreg bácsi volt. Gyakran megajándékozott szentképekkel. Négy ízben ministráltam is neki. Nem sejtette, hogy református vagyok. Annál jobban tudta Vákár József, a szépvízi örmény katolikus templom plébánosa. Ő szeretett volna áttéríteni véglegesen a katolikus vallásra. Rá, mint ájtatoskodó „szent” atyára emlékszem vissza. (...)

Az állami iskola egy emeletes épülete a falu közepében magasodott. Január végétől ide jártam iskolába, itt végeztem az I-IV. osztályt általában dicséretes magaviselettel, dicséretes szorgalommal és hol jeles, hol kitűnő előmenetellel (a számtanból kapogattam hol jót, hol jelest) Madarassy Gyula tanító keze alatt. Sokat köszönhetek neki. Nagyon kedves, türelmes, jó tanító volt. II. osztályos koromban megjegyezte, hogy én szebben is tudnék írni, ha akarnék. Én azonnal ráálltam, hogy akarom, de nem tudom, hogyan akarjam. Ő csak ennyit mondott: olvasókönyvedből minden nap másolj le öt nyomtatott sort a füzetbe és mutasd be nekem! Megtettem. Egy félévig másolgattam parancsra. Akkor írásomat összehasonlította régebbi írásommal. Valóban minőségi különbség mutatkozott és két írás között. Azután is folytattam a másolást, hogy még



Debreczy Sándor szülei

szébb írásom legyen. Madarassynak köszönhetem, hogy szilárdan megalapozta későbbi előhaladásomat. Úgy értesültem, hogy később elvégezte a polgári iskolai tanárit, tanár lett Nagyváradon<sup>1</sup>, s feleségül vett egy tanárnőt. Már nem él. Nyugodjék békében haló poraiban!

Osztálytársaim közül emlékszem Antal Andrásra, Deák Irénkére, Imre Zoltira, Veress Tónira. Antal András megmaradt jó székely gazdának. Nevelt egy orvos fiat. Deák Irénke férjhez ment a nagybátyjához (...). Imre Zolti orvos lett Madéfalván, Veress Tóni meg tanító.

*(Folytatás következő számunkban)*

1. Madarassy Gyula az 1940-es évek elején a nagyváradai magyar királyi állami szakirányú iparostanonciskola és tanoncotthon igazgatója volt. Tankönyve is jelent meg 1941-ben Ruházat-ipari szakismeretek (textiltechnológia): takács, gépszövő, kötészövő és géphurkoló ... vegytisztító iparostanulók és mesterjelöltek, valamint iparostanonciskolai szakelőadók számára címmel.

## BUDAPESTI LEVÉL



Kedves Nádi Suttogó Szerkesztősége!

Családtörténeti kutatásomhoz kérem segítségüket! Feleségem nagymamája, Miklós Mária 1897. szept. 15-én Szépvízen látta meg a napvilágot Miklós Balázs és Hajdú Márta gyermekeként. A bejegyzés minden bizonnyal a polgári anyakönyvben található.

Mária valószínűleg 1916 és 1918 között jött el Budapestre, általunk nem ismert körülmények között. Budapesten 1919. májusában házasságot kötött Máthé Ignác atyhai legénnyel. Négy gyermekük született: Ignác 1917-ben, Mária 1919-ben, Márta 1921-ben, Irén 1929-ben.

Arra még nem kaptam magyarázatot, hogy a visszahonosítási okiratot miért csak 1932-ben kapta meg a család a Magyar Királyságtól!

A családfő, Máthé Ignác 1940. májusában önkézevel vetett véget életének. Csak találgatni tudunk, hogy a nyomor, vagy a honvágy volt az indíték!

Miklós Mária 1956-ban – halála előtt három évvel – járt utoljára Szépvízen Irén lányával.

Mellékelve küldök egy fényképet, mely közel 100 évvel ezelőtt készült, számunkra ismeretlen helyen.

A képen alsó sor balról az ülő leányok második és harmadika között és felett Miklós Mária látható, tőle jobbra

Máthé Ignác. Máriától balra egy katona, majd Máthé Imre (Ignác testvére) látható. A többi szereplő számunkra ismeretlen.

Tisztelettel kérem írásom és a fénykép közzétételét, melytől azt várom, hogy helybeliek és elszármazottak (legyenek rokonok, vagy szomszédok leszármazottai) adatokkal jelentkezzenek, és várok temetői adatokat is: Miklós Balázs és Hajdú Márta, esetleg Eröss Rozália nevekről.

Végezetül üdvözlöm Önöket és a település minden lakosát!

Tisztelettel, Rónyai Ferenc György,  
Budapest, 2012. január 16.

ronya50@freemail.hu

## FARSANGI BESZÁMOLÓ

(folytatás az 1. oldalról)

Idén is megrendezésre került a hagyományos „Farsangi kocsaras bál” Borzsovában, Szentmiklóson és Szépvízen. Borzsovában a bál 2012. február 11-én volt alig huszonöt pár részvételével. Az idősebbek, tisztelet a kivételnek, annak ellenére, hogy kedvükre való zene volt biztosítva, nem jelentek meg. Az ifjabbak egy része pedig azzal a magyarázattal, hogy ez a zene nem „tetszik”, külön mulatságot szervezett. Megoldás szerintem pedig az lenne, ha közösen megbeszélhénk és biztos mindenkinek jó lenne. Katalinkor lenne egy nosztalgiabál és farsangkor pedig egy olyan, amilyent ők szeretnének. Nem beszélve arról, hogy a szomszéd Szentmiklós rászervezett a borzsovai bálra. Mindezen problémától eltekintve a jelenlevők jól érezték magukat és hajnalig tartott a jókedv és a multság.

A tombola fődíját, a 3m<sup>3</sup> fát, amelyet a helyi közbirtokoságnak köszönhetünk, a bükklokai Bokor András és felesége

nyerték. Köszönet a zenészeknek, a közbirtokoságnak, a rendezőknek és persze azon házaspároknak, akiknek „volt idejük és tetszett a zene” és eljöttek, hogy őseikhez híven együtt mullassanak ismerőseikkel és saját falustársaikkal 2012 farsangján.

Másnap február 12-én vasárnap 11 órától volt a falugyűlés, amelyen többek közt elhangzott, hogy „Borzsovában nincsen semmi” kultúrtevékenység. Ezalatt már a borzsovai hagyományörző farsangosok néhány szépvízi fiatallal közösen készültek eltemetni a farsangot Szépvízen a község központjában, úgy, hogy egy órán belül válasz volt adva a „Borzsovában nincsen semmi”-re. A csapat 14 órakor indult a „Szent László” szobortól, az első asztal Ferenc Gáborék előtt a keresztfánál volt, a második pedig a községháza előtt. Jó volt együtt lenni, mulatni, mókázni és főleg jóleső érzés az emberek arcára mosolyt varázsolni. Hálas köszönet mindazon szépvízi személyeknek, kik vendégszeretettel megörvendeztettek és közösen tudtuk a rosszat elégetni a községközpontban!



## REFLEXIÓK A SZERELMESEK HÓNAPJA UTÁN

Február hónap a szerelmesek napjától hangos. A médiában, az újságokban, a televízió-műsorokban csak a szerelemről, a párkapcsolatról volt szó.

Szent Valentin/Bálint napja volt, de a vörös rózsák, szívecskék, gyönyörű nők közepette hajlamosak vagyunk elfelejteni, sőt nem is tudjuk, hogy Szent Bálint az epilepsziások védelmezője is volt.

Február 14-e nemcsak a szerelmesek napja, hanem egy nagyon fontos betegségnek, az epilepsziának is a világnapja. Ezt a két dolgot Szent Valentin (Bálint) alakja köti össze. Máig nem tisztázott okokból Szent Valen-

tint a középkor óta a szerető szívek és az epilepsziás betegek védőszentjének tartják.

Valentin püspök a III században élt, kevés adat maradt fenn róla, sőt még az sem biztos, hogy nem-e két különböző személy alakját ötvözte egybe benne az utókor.

Olaszországban, Rómában és Terriben, ahol püspök volt, Szent Bálint kegyhelyek vannak, Franciaországban, Rouffachban viszont a betegek gyógyítására kórház is épült.

Akkoriban, az ebben a kórházban szenvedő betegekre félelemmel tekintettek, valósággal bűnösöknek tekintették őket, annak ellenére, hogy

néhány nagyon jeles személyiség, mint Julius Caesar, IX. Pius pápa, Dosztojevszkij vagy Van Gogh is e korban szenvedett. Azt gondolták, hogy a gonosz lakozik az epilepsziás betegek testében.

Az epilepsziával szembeni mai, korszerű szemlélet első képviselője az angol származású ideggyógyász, Jackson Hughlings volt. Az epilepszia az idegsejtek túlzott tevékenységével együtt járó központi idegrendszeri megbetegedés, ami ma már hatásosan kezelhető, gyógyítható.

**DR. VIKÁRIUS KÁROLY**

családorvos

## GYŪJTSÜNK GYÓGYNÖVÉNYEKET! AZ ORBÁNCFŰ

Az orbáncfű erdő- és útszéleken, dombokon és réteken egyaránt megtalálható, júniustól szeptember közepéig gyűjthető. 25-60 cm magas ágas-bogas növény, virága arany-sárga, viszont szétmorzsolva sötétpirosas levét ereszt. Hatóanyagai elsősorban a virágokban és a levelekben találhatók.

Nagyon értékes gyógynövény: illóolajat, cseranyagot, flavonoidokat, naftodiantronokat tartalmaz, ennek köszönhetően hatásos influenza, vírusos és bakteriális fertőzések esetén, premenstruációs szindróma és a fibromyalgia tüneteinek kezelésére, idült fájdalom enyhítésére, az aranyérrel járó fájdalmak enyhítésére. Jótékony hatással van az emberi szervezetre gyomorfekély vagy vese- és epebántalmak, idegi eredetű gyomor-bélrendszeri panaszok esetén, továbbá kitűnő szer hasmenés ellen is. A száj belső sérülései esetén, illetve fogíny-sorvadás ellen teával való öblögetés ajánlott. Az orbáncfű a legjobb seb-olaj, fájdalomcsillapító, gyulladásgátló és gyógyító hatású gyógynövény. Tea formájában alkal-

mazható idegsérülések, mindenféle ideges panasz, zúzódásos sérülések esetén. Beszédzavar, nyugtalan alvás, hisztériás rohamok, holdkórosság esetén éppúgy gyógyulást hoz az orbáncfű, mint ágybavizelés, enyhe depresszió, illetve téli depresszió esetén. Érdemes az orbáncfűből ülőfürdőt venni, ez kiegészíti a tea hatását. A lányoknak a nemi érés időszakában segíti a női szervek fejlődését és szabályozza havi ciklusuk rendszerességét. Az orbáncfű olaja nemcsak véraláfutások, mirigyduzzanatok esetén használható eredményesen, hanem kiváló bőrápoló szer, az érdes arcbőr kezelésére is jó. Az orbáncfű tinktúra bedörzsölve alkalmas hátfájás, isiász és reuma tüneteinek enyhítésére.

**Teakészítés:** ¼ liter vízzel leforrázunk 1 púpozott teáskanálnyi füvet, rövid

ideig állni hagyjuk, majd leszűrjük.

**Orbáncfűolaj:** napfényes időben gyűjtött orbáncfűvirággal lazán megtöltünk egy üveget, majd finom olívaolajjal felöntjük addig, hogy az olaj



ellepje a növényt. Az üveget jól lezárva néhány hétig a napon vagy a meleg kályha közelében tartjuk. Amikor az olaj megpirosodik, akkor vázsonkendőn átszűrjük, a fennmaradó részt kifacsarjuk, majd sötét üvegbe töltjük.

**Orbáncfű-tinktúra:** két marék napsütésben szedett orbáncvirágot adunk 1 liter pálinkához és az üveget három hétig a napon vagy más meleg helyen tartjuk.

**Ülőfürdő:** egy csokor orbáncfűt (szárát, levelét és virágját) egy éjszákára hideg vízbe áztatunk, fürdés előtt felforraljuk, majd a fürdővízbe öntjük. Fürdési idő 20 perc.

**TIMÁR KATALIN**

# A GYERMEKKORI LÁZCSILLAPÍTÁS

A csecsemők és kisgyermekek lázas állapota a családorvosi szolgáltatások gyakori oka. Sem a láz magasága, sem könnyen, vagy nehezen csillapítható volta nincs szoros összefüggésben a betegség súlyosságával – a láz néha magától gyógyuló, jóindulatú betegséget jelez, azonban súlyos bakteriális fertőzés is állhat a háttérben.

A gyermekkorban előforduló megbetegedések nagy részét kisebb-nagyobb fájdalom és láz kíséri, e tünetek csillapítására részben ugyanazon szerek állnak rendelkezésünkre.

**A láz** külső vagy belső ártalmak hatására kialakuló, a központi idegrendszer által beállított, ellenőrzött és szabályozott, az élettaninál (normálnál) magasabb testhőmérséklet. A normális testhőmérséklet egyénenként különböző és változik az életkor (gyermeknél magasabb) és a napszakok (du. 5-6 órakor magasabb, hajnalban alacsonyabb) szerint, befolyásolja még a fizikai aktivitás és a környezet hőmérséklete. Általában elfogadott a 38 C fok végbélben mért hőmérséklet, mint a láz alsó határa. A hónaljban mért érték 0,5 C fokkal kevesebb (37,5 C fok).

A láz a szervezet fontos védekező eszköze, természetes reakció a fertőzésekre. Lassítja számos vírus szaporodását, a testhő már viszonylag

kisfokú emelkedése is elsősorban a betegséget okozó mikroorganizmusokra káros. Az esetek többségében a láz rövid ideig tart és magától elmúlik, ugyanakkor nyugalomra kényszeríti a beteget. A szervezetben az immunanyagok termelődése fokozódik. Ezen előnyös hatások mellett azonban a láz a beteg számára káros kísérő tüneteket is okozhat: fokozza a rossz közérzetét, kedvezőtlenül hat a légzésre, keringésre, a központi idegrendszerre, és nem utolsósorban lázas görcsrohamot idézhet elő (főleg csecsemőknél, kisgyermeknél).

A lázcsillapító eljárások célja a tartósan magas láz csökkentése, a kísérő kedvezőtlen tünetek enyhítése, egyúttal a szövődmények lehetőségének kizárása.

**A lázcsillapító szerek** azok a vegyületek, amelyek elektív módon csökkentik a lázat anélkül, hogy a normális hőszabályozást lényegesen befolyásolják. A leggyakrabban használt lázcsillapító szerek a következők:

**Szalícilsav-származékok (aszpirin)** régóta ismert és használt, kiváló láz- és fájdalomcsillapító, valamint erőteljes gyulladáscsökkentő hatással bíró vegyületek. Javasolt adag gyermekeknek 10-15 mg/kg 4 óránként. Legfontosabb mellékhatásuk a gyomornyálkahártya irritációja.

**Pirazon származékok** (aminofenazon): lázcsillapító hatásuk erős,

de vércépre gyakorolt negatív hatásuk miatt használatuk korlátozott.

**Anilin származékok** (paracetamol): szokásos adagja 10-15 mg/kg, 4 óránként. Tabletta, végbélkúp vagy szirup (Panadol) formában kapható. Májkárosító mellékhatása lehet, főleg túladagolásban.

**Nem szteroid gyulladáscsökkentők** (ibuprofen, indometacin): gyógyszertárakban Nurofen, Ibalgin szirup formában kapható. Mellékhatások túladagolás esetén jelentkezhetnek: gyomor-, vese- vagy májkárosodás.

A lázcsillapító szerek használatakor mindig kövessük a használati utasítást!

**Fizikális lázcsillapítás** (hűtőfürdő vagy hűtőborogatás): bizonyos esetekben a gyógyszeres lázcsillapítás mellett vagy helyett szükséges.

Főbb javallatai :

- igen magas láz (40 C fok felett)
- lázas görcsrohamok megelőzésére
- nem elégséges reakció a gyógyszeres lázcsillapításra
- hányás, hasmenés esetén, amikor kivitelezhetetlen a gyógyszeres kezelés

A lázcsillapítás tüneti kezelés, mindenkori fő feladatunk az alapbetegség kórismézése és kezelése. Ezért beteg gyermekünkkel mindig keressük fel családorvosunkat.

**DR. VITOS ERIKA**  
családorvos

## KARATE-HÍREK

A februári edzések a megszokott mederben folytak: az egészen kezdő karatékákkal az első övvizsgafokozatra, míg a haladókkal a tavaszi versenyidényre készültünk. Ebben a hónapban a legkiemelkedőbb sporteseményt számunkra a csíkszeredai Sportiskola tornatermében megrendezett edzésmaraton jelentette. A küzdősportok iránt érdeklődők

betekintést nyerhettek a Taekwondo, Shotokan, Aikido és Kich-box edzésekre. Számunkra is igazi próbatétel volt, hiszen az edzések között csak 5 perc pihenő járt, ugyanakkor élményt jelentett kipróbálni más stílusokat is. A programot követő edzői megbeszélésen egyöntetűen pozitívan értékeltük a rendezvényt és fontolóra vettük a következő ilyen jellegű esemény megszervezését.

**SZATMÁRI DOMOKOS**



## HIÁNYPÓTLÓ TEVÉKENYSÉG

Rendhagyó szülőértekezletnek is nevezhetnénk azokat a beszélgetéseket, amelyek vezetésére Demeter Annamáriát, Hargita Megye Tanácsa Nevelési Tanácsadás és Erőforrás Központjának igazgatónőjét kérte fel a csíkszentmihályi pedagógusok egy része: nevezetesen Ambur Judit tanítónő, Bíró Tímea óvónő, Kovács Zsuzsa óvónő és Sebők Anna tanítónő.

„Az elég jó szülő” cím már sugallja azokat a témákat, amelyek megbeszélésére vállalkoztak a szülők és pedagógusok. A modern módszerekkel, közvetlen, jó hangulatú, személyes élmények közlésére is lehetőséget biztosító másfél órán élmény volt részt venni mind pedagógusi, mind pedig szülői minőségben, még akkor is, ha felnőtt korú gyermekem nevelése már befejezettnek tekinthető és kezdő pedagógusnak sem nevezhetem magam. Élmény volt egyrészt a szakember gyakorlott, szakavatott, könnyed irányítási stílusa, másrészt a résztvevők érzékenysége, ráhangolódása a szülő-gyermek kapcsolat cseppet sem egyszerű témáira.

Hiánypótlásnak érzem a tevékenységet ebben a tótágast álló világunkban, ahol pont a lényeg sikkad el, a gyermekünk ne-



velése. Pedig életünk felnőtt szakaszának ez az a folyamata, ha úgy tetszik felelőssége, amelyet semmi indokkal nem ruházhatunk át másra és melynek eredménye folytan, kevés kivétellel, tükröképet kapunk saját magunkról. Az ismert közmondással élve: Ki mint vet, úgy arat.

Ezt az úrt igyekszik pótolni ez a beszélgetés-sorozat, amelynek során pedagógus és szülő együtt keresi a helyes nevelés útjait annak érdekében, hogy a nevelési módszerek közül a legmegfelelőbbet találják meg. A második beszélgetés február 3-án volt.

Jó gyerek, rossz gyerek, szeretet. Mennyire legyen engedékeny a szeretet? Tényleg rossz az a gyerek, vagy csak moz-

gékony? A szüleink nevelési módszerei, gyerekkori emlékeink, mennyire befolyásolják a mi nevelési elveinket? Miért olyan nehéz a gyereknek bocsánatot kérnie? Sikeres embert vagy boldog embert akarunk a gyerekünkől nevelni? Az iskola nevel vagy a család? Megannyi izgalmas kérdés, amely terítékre került és amelyre eligazítást, választ kaptunk ezeken a „kerekasztal” beszélgetéseken.

Élmény volt részt venni és meggyőződésem, hogy a résztvevők közül mindenki szellemiében gazdagabban tért haza, a nevelési folyamatban hasznosítva a hallottakat.

LAKATOS ISTVÁN

## A MÁRCIUS 15-I ÜNNEPSÉGEK PROGRAMJA

### CSÍKBORZSOVA

9.00 Szentmise a csíkborzsovai katolikus templomban

10.00 Ünnepi műsor a hősök emlékművénél

ünnepi beszédek  
az iskolások műsora  
koszorúzás

### CSÍKSZENTMIKLÓS

11.00 Ünnepi szentmise

iskolások rövid műsora a templomban  
ünnepi beszédek és koszorúzás a hősök emlékművénél

### SZÉPVÍZ

18.00 Ünnepi szentmise

ünnepi beszédek és koszorúzás az 1848-as emlékműnél  
a Nyíró József Iskola diákjainak megemlékező műsora

