

## Helyi Szolgáltatók

**TITEX SERVICE**  
**Szerszámélezés**  
 - Műanyag, fém és faipari körfűrészek  
 - szalagfűrészlapok - fűrész  
 és marólapok - háztartási vágó,  
 szelendő és darálókések  
**ÉLEZÉSE, JAVÍTÁSA**  
 2021 Bismarck, Petőfi S. u. 43.  
 Mobil: 06 309 526 815.  
 Tel: 06 23 312 604, Fax: 06 23 312 929

## Anyatejes Nap

Az ENSZ Egészségügyi Világszervezete (WHO) 1992-ben nyilvánította augusztus 1-jét az Anyatej világnapjává, augusztus első hetét pedig a Szoptatás világhetévé. Azóta számos országban – köztük hazánkban is – több városban, intézményben rendeznek előadásokat e témában. Érdén is évek óta szerveznek kora ősszel Anyatejes Napot a védőnői szolgálatok.

Az idei ünnepségre szeptember 16-án kerül majd sor a Szepes Gyula Művelődési Központban, az Érdi Napok rendezvénysorozat részeként – tudtuk meg a védőnői szolgálattól. A tervek szerint a rendezvény felvonulással kezdődik, Séta a szoptatásért mottóval, majd a művelődési házban folytatódik, előadásokkal, zenés programokkal, beszélgetéssel.

A konkrét program még formálódik, hiszen a rendezvény még két hónap hátra van, a szoptatás világhetének ideje jelmondatát („kommunikáció minden irányban”) azonban szeretnék már most átültetni a gyakorlatba a szervezők, és minél több információt eljuttatni az érdeklődő anyákhoz az anyatejéről, a szoptatásról, a természetes táplálás fontosságáról, előnyeiről. Lapunk is csatlakozik a kezdeményezéshez: a Bognár Krisztina védőnő, leendő szoptatási tanácsadó (IBCLC) által összeállított, az anyatejes tápláláshoz kapcsolódó anyagokat hétről hétre közöljük majd az Érdi Újságban, segítve a (leendő) édesanyákat abban, hogy minél több információhoz jussanak a természet és csodájával, az anyatejrel kapcsolatban.

Természetesen megjelentetjük majd az Anyatejes Nap pontos programját is, valamint hírt adunk egy, a rendezvényhez kapcsolódó plakátpályázatról. Kedves édesanyák és minden érdeklődő, reméljük, sok hasznos információval segíthetünk.

Az érdi adatok jobbakk az országosnál

## Összefogás a csecsemők egészséges táplálásáért



Érdén az országos átlagnál lényegesen jobb a gyermeküket féléves korig kizárólag csak anyatejrel tápláló mamák aránya

A világon évente több millió csecsemő hal meg, illetve válik nyomorékká, mert nem jut anyatejhez. Ezért indított az Egészségügyi Világszervezet (WHO) és az ENSZ Gyermekalapja, az UNICEF átfogó programot a csecsemők egészséges táplálására.

A WHO ajánlása szerint a szoptatás legalább két éves korig javasolt, de ideális esetben addig folytatódik, amíg a kisbaba magától abba nem hagyja. Az anyatejben ugyanis olyan, semmivel sem pótolható anyagok találhatók, amelyek védelmet nyújtanak a fertőzésekkel szemben, erősítik az immunrendszert.

A szoptatás az anyának is jót tesz, mert csökkenti a mellrák kialakulásának kockázatát. A legegészségesebb, ha a csecsemők féléves korukig csak anyatejet kapnak – emel-

lett sem vízre, sem teára nincs szükségük, mert az anyatej minden létfontosságú tápanyagot tartalmaz, amire a kicsiknek szükségük van. Az anyatej összetevői alkalmazkodnak a gyermek igényeihez, életkorához, az első napokban termelő előtej pedig immunanyagokban olyan gazdag, hogy a kisbaba első védőoltásának is szolgáltatója.

A szoptatás a fentiek mellett elmélyíti az anya-gyermek kapcsolatot, és nagymértékben hozzájárul a kiegyensúlyozott pszichés fejlődéshez. A Szoptatást Támogató Szervezetek Világszövetsége (WABA) céljaival összhangban Magyarországon az Egészségügyi Minisztérium 2005-ben létrehozta a Szoptatást Támogató Nemzeti Bizottságot, melynek célja, hogy az egészségügyi dolgozók és civil szer-

vezetek összefogásával, széles társadalmi rétegeket mozgató ösztönözze az anyákat a helyes csecsemőtáplálási szokások kialakítására. A szoptatás helyzete látványosan javult: míg 1997-ben a hat hónapos korig kizárólagosan szoptatott csecsemők aránya 23 százalék volt, addig ez az adat 2007-ben már 44 százalék volt országosan – Érdén azonban 58 százalék! A 12 hónapos kor után anyatejet kapó kisdetek aránya 2005 és 2009 között 27-ről 48 százalékra nőtt városunkban.

Ezek az adatok európai viszonylatban nagyon jónak minősülnek, ugyanakkor az anyák 80-90 százaléka képes lenne a gyermekét féléves koráig és azon túl is szoptatni. A mamák legtöbbször azért nem szoptatnak, mert nem kapják meg a kellő információkat és lelki támogatást. **A. K.**

## Nemzetközi konferencia fiataloknak Önkéntesség határok nélkül

Lengyel, szlovák és magyar fiatalok gyűlnek össze augusztus elején az érdi Termál Hotelben, hogy részt vegyenek egy önkéntességről szóló nemzetközi konferenciasorozat magyar rendezvényein. A programokat az Ága-Boga Nagycsaládok Érdi Egyesülete szervezi.

Európában 2011. az önkéntesség éve. Hazánkban és Érdén is több program, akció zajlik az önkéntesség jegyében (gondoljunk csak a tavaszi, igen sikeres várostakarításra). E sorozatba illeszkedik az az ötnapos nemzetközi konferencia is, amit az Ága-Boga Nagycsaládok Érdi Egyesülete szervez. A július 31-től augusztus 4-ig, a Termál Hotel Liget konferenciatermében tartandó rendezvénysorozatban lengyel, szlovák és magyar fiatalok keresik majd a válaszokat arra, hogyan bonthatók le a határok az önkéntesség területén – tudtuk meg *Isépné Badics Gyöngyitől*, az Ága-Boga elnökétől.

A projektre a lengyel jelentkezők pályáztak, a szlovákok és az Ága-Boga (valamint az érdi önkormányzat) partnerszervezetként vesz részt a programban. Lengyelországban nemrég már lezajlott az önkéntességet érintő nemzetközi konferencia,

hatnak – nem csak a konferencián, hanem a kísérő programok jóvoltából is – mint például *Dósa Lotti*, aki az Ága-Boga Ifjúsági Munkacsoportja képviselőjeként járt a lengyelországi Susiecben június végén tartott konferencián. Beszámolójában így ír élményeiről: „Meg kellett értenünk, milyen egy jó önkéntes, mi minden van szükséges, és mit kell tudnunk ahhoz, hogy elboldoguljunk egy idegen országban. Én, aki kérdésekkel telve érkeztem, nagyon sok új dolgot tanultam, többek közt az Európai Unió Önkéntességi Szervezetéről, az EVS-ről is. Megtudtam, hogyan támogatják az önkénteseket, akiknek így csak csekély összegű saját anyagi fedezetre van szükségük. Megértettem, hogy nem csupán segíthetünk más embereknek, hanem én magam is világot láthatok és megismerhetem önmagam. Kreativitásra, pozitív hozzáállásra, kitartásra, magabiztosságra, talpraesettségre tehetek szert és szélesíthetem a látóköröm, miközben talán egy kicsit jobbá teszem a világot is. Külföldi barátokkal lettünk gazdagabbak és nagy kedvet kaptunk ahhoz, hogy az első adandó alkalommal beálljunk valahová önkéntesnek. Azt hiszem, a kon-



Magyar fiatalok Lengyelországban – most már itthon szervezik az érdi konferenciát

Szlovákiában pedig szeptember 9. és 13. között rendezik meg – tette hozzá az elnök.

Az Önkéntesség határok nélkül elnevezésű rendezvényen szólesz többek közt az önkéntes munka jövőjéről Európában, a kapcsolattartásról, a piac, a munka és az önkéntesség közti összefüggésekről. A résztvevő fiatalok bizonyára olyan élményekkel gazdagod-

ferencia fő célja az volt, hogy mi legyünk a cselekvő ifjúság.”

A magyar delegáció most az érdi konferenciát szervezi – várhatóan a szlovák és lengyel résztvevők ugyanolyan lelkes beszámolókat írnak majd augusztus elején, és ugyanolyan jó élményekkel térnek majd haza, mint Dósa Lotti Lengyelországból.

Ádám Katalin

“Több mint színház: Élmény!” Várjuk Önöket!  
**I ♥ BUDAPESTI NYÁRI FESZTIVÁL**

**MARGITSZIGETI SZABADTÉRI SZÍNPAD**  
**2011. július 29. péntek 20.30**

**EMLEKKONCERT-SHOW**  
**FREDDIE MERCURY**  
 Egy bohém rapszódiaja

Serbán Attila  
 Szomor György  
 Tóth Vera  
 Tóth Gabi  
 Puskás Peti  
 Varga Miklós  
 Zentay Márk

**MARGITSZIGETI SZABADTÉRI SZÍNPAD**  
**2011. augusztus 5., 12. péntek 20.00**

2010 sikerprodukciója újra a Margitszigeten!  
**RÖBINHOOD**  
 MUSICAL

Címszerepben Kovács Áron, valamint Andrádi Zsuzsanna, Gesztesi Károly, Hajdú Steve, Puskás Péter és Forgács Péter

Válasszanak kedvükre közel 100 programunkból! Online jegyvásárlás kezelési költség nélkül! Jegyek válthatók országosan az ismert jegyirodáknak, a Városmajori és Margitszigeti színházak jegypénztárban és szervezésünkön!

További info: [www.szabadter.hu](http://www.szabadter.hu) | T: 355-0-175

**Sziget**  
 AUGUSZTUS 10-15.  
 BUDAPEST

**PRODIGY** **KAISER CHIEFS** **THIRTY SECONDS TO MARS**  
**JUDAS PRIEST** **PULP** **THE CHEMICAL BROTHERS**  
**INTERPOL** **MANO STREET PREACHERS** **WHITE LIES**  
**MOTORHEAD** **KASABIAN** **LA ROUX** **SMANY DJS**  
**EMPIRE OF THE SUN** **DIZEE RASCAL** **DEPTONES**  
**GOOD CHARLOTTE** **KATE NASH** **TRISTEN MULLER**  
**GOOD BORDELLO** **BRITISH SEA POWER** **GOTAN PROJECT**  
**MARINA AND THE DIAMONDS** **HURRY** **THE NATIONAL**  
**BOYS THE BASS** **KID CUDI** **THE MCGARRIES** **RISE AGAINST**  
**SKUNK ANANSIE** **CRYSTAL CASTLES** **HELLOWEEN**  
**SUICIDAL TENDENCIES** **LOSTPROPHETS** **DUBFIRE**  
**FLOODING MOLLY** **HADOUKEN!** **LES HURLERMENTS DYED**  
**PETER, BJORN AND JOHN** **SLY & ROBBIE** **AFRO CURISM**  
**GORAN BREGOVIC** **SCOTT AND FRANKIE BARK** **WITHIN TEMPTATION**  
**RICHIE KAWTIN** **BLOODY BEETROOTS**

ÉS MEG SOKAN MÁSBOK...

JEREM MARATON AZ ÜRSÉT JOZSEFVARBAN  
 AUGUSZTUS 10-11. 10.00-18.00  
 A 1. ÉRTÉKES NAPIRÓK ÉRDEKELTJEI

CSÉKOLNÁD AZ ÜRSÉT LEGNAGYON FESZTIVÁLJÁT?  
 Most akár egy koncertre is belenyúlhatok a Juro alapú jeggyel.

DIÁKJEGYVÁSÁRLÁS  
[www.szigetmagazin.hu](http://www.szigetmagazin.hu)