

Kulturális és tudományos programok

December 7–13.



Szepes Gyula Művelődési Központ:
Érd, Alsó u. 9.
Tel.: 23/365-490
www.szepesmk.hu – Kérjük, iratkozzon fel hírlevelünkre.

December 11., péntek 17.30 óra
Görög Táncház és Vacsora
Vendég a Mikulás! Mindenkit szeretettel várunk!
Papakosztandisz Eleni
06-20/584-8242
Belépőjegy: 600 Ft
Mikulás-csomagjegy: 300 Ft
December 12., szombat 9–12 óráig
Baba-Mama Börze
Használt, megunt gyermekruhák, játékok cseréje és vására.
Érdeklődni Czinderné Beánál:
06-20/448-5121
December 12., 18 óra
20 éves Bonton gála és bál
Bóna János 376-304

Kiállítások:
A Szepes Galériában **december 14-ig**

A **Poly-Art Egyesület** kiállítása A Fotógalériában **december 14-ig**
Sebestyén Ferenc képei
„Közösíteni jöttünk, Szűz Mária...”
Az előtéri tárlókban **december 20-ig**
Advent címmel
Combarro Eszter kerámiai és D. Bukovszky Éva üvegfestményei láthatók.

Ingyenes Internethasználati Tér
hétfő: 10–18 óráig, kedd: 10–18 óráig, szerda: zárva, csütörtök: 10–18 óráig, péntek: 10–15 óráig, szombat: 10–18 óráig, vasárnap: zárva

Klubok
Irodalomkedvelők Klubja
December 10., 18 óra
Karácsonyi zenés irodalmi est (Lásd. programoknál)
Daróci Lajosné 365-490/102
Mozgáskorlátozottak Klubja
keddenként és csütörtökönként 9–12 óráig
Informatikai baráti társaság keddenként 13–15.30 óráig rajzszakkör
Vinczéné Jutka 361-930
Helyszín: Alsó u. 5.
Rovásírásklub
minden páros hét keddjén 17–19 óráig
December 8., kedd 17 óra

Kovács Imre Barna: Rovással a szellemi ösvényen.
Vezeti: Czippán István
06-30/960-0566
Terra Mater Kör

December 7., hétfő 9 órától
Madáretetők téli vendége: a szécinke.
Óvodai és iskolai csoportok jelentkezését várjuk előzetes bejelentkezés alapján:
Kiss Gyöngyi 365-490/102
Vitalitasklub

December 7., 17–19 óráig.
Mikulás-dalest
Makai József 06-20/911-4652
www.vitalitasklub.com
Bukovinai Székely Népdalkör
szerdánként 17–19 óráig
Kóka Rozália 365-490

Harmónia Vegyeskar
szerdánként 18–20 óráig
Információ: Péter Tamásné
06-20/974-6568
„Rosenbrücke” Német Nemzetiségi Énekkar
keddenként 18–20 óráig
Információ: Eszes Mária
360-314
Helyszín: Polgárok Háza

Szirmok Pedagógus és Városi Női Kar
csütörtökönként 17–19 óráig
Szabóné Bozóki Flóra
06-27/372-367
Helyszín: Polgárok Háza

Médiaműhely
kéthetente péntekenként 17–18 óráig
December 11., 17 óra
A foglalkozásokat Bognár Nándor, az Érdi Újság főszerkesztője vezeti.
A belépés díjtalan.

Tanfolyam
Számítógép- és Internethasználat
Tanfolyamok Terme
– Enikő u. 2/B
Nagy Éva tanfolyamvezető
06-30/640-6946

Lakótelepi Klubövezet
– Enikő u. 2.
Kern Péter Kaktuszkör
December 10., 17 óra
Évzáróval egybekötött kaktuszos karácsony
Libárné Herczeg Ilona
06-20/517-1130
Kertbarátkör

December 10., csütörtök 17 óra
Közös karácsonyi ünnepség a Kern Péter Kaktuszkörrel
Ács Kata 06-20/473-4080
Szövészakkör
14.30–16.30 gyermekeknek szerdánként
17–21 felnőtteknek szerdánként
Tamaskné Margit
06-30/213-1209

Önzetlen Szolgálat
péntekenként 15.30–19 óráig
Kertész Éva 06-20/345-5925,
www.indiahaz.hu



Magyar Földrajzi Múzeum:
Érd, Budai u. 4.
Tel.: 23/363-036
www.foldrajzimuzeum.hu

Germanus Gyula, a tudós és az ember
címmű kiállításra a belépés díjtalan.

Múzeumi órák állandó kiállításainak
5–6. osztályos tanulóknak
• Mit mesél a térkép?
7–8. osztály tanulóknak
• Távoli tájak magyar utazói
Tematikus foglalkozások állandó kiállításainak
Tematikus foglalkozások óvodás korú csoportoknak
• Játsszunk ősemerest!
Tematikus foglalkozások általános és középiskolás osztályoknak
• a Magyar utazók, földrajzi felfedezők című kiállításon
Tematikus foglalkozások általános és középiskolás osztályoknak
• A Kárpát-medence tudományos feltárási című kiállításon
Tematikus foglalkozások általános és középiskolás osztályoknak
• a Hely- és Sporttörténeti Kiállításon

Csuka Zoltán Városi Könyvtár:
Érd, Hivatalnok u. 14.
Tel.: 23/365-470
www.csukalib.hu

December 7., 14 óra
Könyvbarátok Gyöngyfüző Köre
December 9., 17 óra
Pódium-est
Bemutakoznak: Baricza Lászlóné (festészet), Berecz Józsefné Bácskai Éva (festészet), Daróci Attila (vers). Közreműködnek a Vörösmarty Gimnázium diákjai.

Felnőttkönyvtár

Hétfő	10–19 óra
Kedd	10–19 óra
Szerda	ZÁRVA
Csütörtök	10–18 óra
Péntek	10–18 óra
Szombat	8–13 óra
Vasárnap	ZÁRVA

Gyermekkönyvtár

Hétfő	10–18 óra
Kedd	10–18 óra
Szerda	ZÁRVA
Csütörtök	10–17 óra
Péntek	10–17 óra
Szombat	8–13 óra
Vasárnap	ZÁRVA

Zenei könyvtár Érd, Budai u. 4.
Tel.: 524-070
Hétfő: 10–18, szerda: zárva, kedd, csütörtök, péntek: 10–17
A Jósomszédság Könyvtára Érd, Sárd u. 35. Tel.: 375-933
Hétfő: zárva, kedd: 10–18, szerda: zárva, csütörtök, péntek: 12–17
Parkvárosi fiókkönyvtár Érd, Bajcsy-Zs. u. 206. Tel.: 367-162
Hétfő: zárva, kedd: 10–18, szerda: zárva, csütörtök, péntek: 12–17



A tünetmentes érszűkület is kimutatható

A perifériás érbetegség elleni küzdelem jegyében a Magyar Hypertonia Társaság és Magyar Angiológiai és Érsebészeti Társaság létrehozta az ÉRVregiszter programot, amelynek segítségével immár kiszűrhető, követhető és dokumentálható az érszűkületes páciensek állapota. A program első eredményeit az MHT decemberi kongresszusán mutatták be.

A perifériás érbetegség, közismert nevén az érszűkület, az általános érmezésedés egyik megjelenési formája. E betegségben az erek beszűkülése leginkább az alsó végtag verőereiben lép fel. Felismerését nehezíti, hogy sokáig tünetmentes maradhat. A romló alsóvégtagi keringés leggyakoribb, már érezhető tünete a járáskor a vádliban vagy a combban fellépő görcs, fáradtság, vagy nehézségérzet, fájdalom, ami pihenéskor rövid idő alatt megszűnik. A perifériás érbetegség több szempontból is veszélyes. Túl azon, hogy a láb keringésének romlása akadályozhatja mindennapi tevékenységünket, késői felismerése akár a végtag amputációjához is vezethet. Mindazonáltal az igazi veszélyt az jelenti, hogy a normál, tünetmentes társakhoz hasonlóan, az érszűkületes betegeknek kétszer nagyobb az esélye a szívinfarktus vagy szélütés bekövetkezésére, felismerés és kezelés nélkül a betegek közel egyharmada 5 éven belül meghal.

A Magyar Hypertonia Társaság és a Magyar Angiológiai és Érsebészeti Társaság együttműködésében, az EGIS Gyógyszergyár Nyrt. támogatásával megalakult „ÉRVregiszter” program célja – az EReink Védelmében (ÉRV) program alprogramja, kiterjesztése –, hogy a szakértők valós képet kapjanak a Magyarországon lévő perifériás érbetegség számáról, arányáról, és valódi egészségi állapotáról.

A kezdeményezés célja a tünetmentes perifériás érbetegség felderítése és a körükben tapasztalható kiemelkedően magas szív- és érrendszeri halálozási arány csökkentése, fő

„eszköze” pedig az ún. **boka/kar index mérés, ami egy egyszerű, fájdalommentes, beavatkozással nem járó műszeres vizsgálat.**

Az ÉRVregiszter programhoz eddig 9349 páciens csatlakozott, akik átlagéletkora 61,33 év, melynek legfontosabb eredménye, hogy a bevont betegek **19,3 százalékánál egyértelműen kimutatható volt a már kialakult perifériás érbetegség.**

Csatlakozzon Ön is az EReinkVédelmében (ÉRV) Regiszter Programhoz!

A program célja a Magyarországon élő érszűkületes betegek számának és egészségi állapotának felmérése, az érintettek megfelelő ellátása. A program során az ÉRV Regiszter adatlap segítségével orvosa követheti és értékelheti adatait. A programhoz betegeknek szóló információs csomagok is kapcsolódnak, amiket az „ÉRV Pont” matricával ellátott rendelőkben vehet át. További információkat a www.ervprogram.hu címen, vagy az ország bármely részéből helyi tarifával hívható (06) 40/918-020 számon kaphat.

ÉRV
EReink Védelmében

Végyes átlagfogyasztás: 4,3–9,4 l/100 km. CO₂-kibocsátás: 114–225 g/km. * Az ajánlott 2009. december 1-től december 31-ig illetve a készlet erejéig a 3 ajtós, 1,4 l (80 LE) benzines. Ambiente felszereltségű modellekre érvényes. Részletek a márkakereskedésekben. **FordVonal: 06 40 200 024, www.ford.hu.** Az autó illusztráció.

A tudatos választás megtakarításhoz vezet

Ford Focus akár 2.990.000 Ft-tól.*

FordFocus | Feel the difference