

RÁCKERESZTÚRI HÍRMONDÓ

Ráckeresztúr Község Önkormányzatának lapja

2021. május

Dsida Jenő *Hálaadás*
című versével köszöntjük az
édesanyákat, nagymamákat,
dédmamákat, keresztanyukákat.
**Sok örömet, jó egészséget
kívánunk!**

Köszönöm Istenem az édesanyámat!
Amíg ő véd engem, nem ér semmi bánat!
Körülvesz virrasztó áldó szeretettel.
Értem éjjel-nappal dolgozni nem restel.
Áldott teste, lelke csak érettem fárad.
Köszönöm, Istenem az édesanyámat.

Köszönöm a lelkét, melyből reggel, este
imádság száll Hozzád, gyermekéért esdve.
Köszönöm a szívét, mely csak értem dobban
– itt e földön senki sem szerethet jobban! –
Köszönöm a szemét, melyből jószág árad,
Istenem, köszönöm az édesanyámat.

Te tudod, Istenem – milyen sok az árva,
Aki oltalmaztat, vigasztalat várja.
Leborulva kérlek: gondod legyen rájuk,
Hiszen szegényeknek nincsen édesanyjuk!
Vigasztald meg őket áldó kegyelmeddel,
Nagy-nagy bánatukat takard el, temesd el!

Áldd meg édesanyám járását-kelését,
Áldd meg könnyhullatását, áldd meg
szenvedését!
Áldd meg imádságát, melyben el nem fárad,
Áldd meg két kezével az Édesanyámat!

Halld meg jó Istenem, legbuzgóbb imámat:
Köszönöm, köszönöm az édesanyámat!!!



Új helyszínen a fogászati ügyelet
Ruhagyűjtési nap az iskolában
Ízig-vérig zsoké – Varga Zoltán
Közösségek Hete 2021
Sziklakertek Ráckeresztúron

KERESZTÚRI KISOKOS – FONTOS CÍMEK, TELEFONSZÁMOK

Szent Kereszt Gyógyszertár

(Hősök tere 4/5.; ☎25/455-812)

Nyitva: hétfő–péntek 8.00–18.00

Gyógyszertári ügyelet

máj. 15., 16.: Ráckeresztúr

máj. 22., 23.: Ercsi ☎06-25/505-790

máj. 24., 29., 30.: Martonvásár ☎06-22/569-146

jún. 5., 6.: Ráckeresztúr

jún. 12., 13.: Ercsi

Egészség ház

(Petőfi Sándor u. 7.; ☎25/455-804)

Háziorvos: dr. Mihalicza Ingridet

április 1-jétől dr. Kődöböcz Attila helyettesíti

☎06-20/852-0350

Asszisztens: Erdei-Pintér Éva, Németh Éva

Mindkét körzet közös rendelési ideje:

Hétfő: 12.00–16.00

Kedd: 12.00–16.00

Szerda: 8.00–12.00

Csütörtök: 8.00–12.00

Péntek: 12.00–16.00

A járványveszély miatt előzetes időpont-egyeztetés szükséges!

Vérvétel (bejárat az udvar felől)

A vérvétel jelenleg szünetel!

Fogorvos – dr. Szabó Gergely

☎06-20/389-0278

Hétfő, szerda: 14.00–19.30

Kedd, csütörtök: 8.00–14.00

Péntek: 8.00–13.00

Gyermekfogászat: kedd: 8.30–12.30

Fogorvosi ügyelet: 06-20/250-8583

Védőnői szolgálat

I. körzet: Peszter Zsuzsannát Szabó Hajnalka helyettesíti

☎06-20/852-0351;

e-mail: rackeresztur.vedono@gmail.com

II. körzet: Farkasné Vancsura Ildikó

☎06-20/225-1820; e-mail:

vedono.rackeresztur@gmail.com

Nőgyógyászat – dr. Zsolnai Csaba

☎06-20/225-1820. E-mail:

nogyogyaszat.rackeresztur@gmail.com.

Rendel kéthetente csütörtökön: 13.00–15.00. Időpont-egyeztetés szükséges!

Orvosi ügyelet

Készenléti sürgősségi ügyelet

Hétköznaponként 8-tól 16 óráig az aktuálisan rendelő háziorvos.

Sürgősségi betegellátás

Hétköznap 16 órától másnap reggel 8 óráig; hétvégén szombat reggel 8-tól hétfő reggel 8-ig, valamint ünnepnapokon: Ercsi

Egészségügyi Központ (Esze T. u. 14., 06-25/492-021)

Állatorvos – dr. Zamody János

☎06-30/974-0374

RÁCKERESZTÚR KÖZSÉG ÖNKORMÁNYZATA

(2465 Ráckeresztúr, Hősök tere 20., telefon: 06-25/517-900, 06-25/517-902;

e-mail: racker.ph@rackeresztur.hu)

Polgármester: dr. Szent-Mabda Katalin Dóra (06-20/239-7255)

polgarmester@rackeresztur.hu

Szabadsága idején a polgármester helyettesei: Dienes Gábor alpolgármester (06-20/514-4816); Liszine Hunyadi Hajnalka alpolgármester (06-20/250-5746)

Jegyző: dr. Nagy Gábor (06-25/517-902) jegyzo@rackeresztur.hu

Képviselők: Dienes Gábor alpolgármester (gdienes76@gmail.com)

Liszine Hunyadi Hajnalka alpolgármester (hajcsi75@freemail.hu)

Peták Norbert (06-30/428-9092) petaknorbert2019@gmail.com

Scheszták Kornél (schesztakkornel@rackeresztur.hu)

Szabó Dávid (06-70/336-6026) szabodavid@rackeresztur.hu

Szabó József (06-70/324-6467) szbjozsef@freemail.hu

Ügyfélfogadás: hétfő, péntek: 8.00–12.00; szerda: 8.00–12.00; 13.00–17.00

Kedden és csütörtökön ügyfélfogadás nincs.

Pénztár: hétfő, péntek: 8.00–12.00; szerda: 8.00–12.00, 13.00–17.00

A www.rackeresztur.hu honlapról letölthetők az ügyintézéshez, adóbevalláshoz szükséges nyomtatványok.

Sírhelymegváltás – Hősök tere (volt takarékszövetkezet épülete)

Ügyintéző: Bokorné Illyés Ibolya

Telefon: 06-20/405-8150; e-mail: temetkezes@rackeresztur.hu

Temetőgondnok – Baki Mátyásné: 06-20/852-0361

A ráckeresztúri temető reggel 6 órától este 21 óráig van nyitva.

Szent László Völgye Segítő Szolgálat (2462 Martonvásár Szent László út 24.; telefon: 06-22/460-023) Ügyfélfogadás Ráckeresztúron, a Polgármesteri Hivatalban.

Gyerekjóléti ellátás: hétfő: 9.30–10.30 (Birgány Károlyné)

Családsegítés: hétfő: 9.30–10.30, szerda: 9.00–10.00 (Birgány Károlyné)

Telefonos Készenléti Szolgálat (éjjel-nappal hívható): 06-20/376-2808

Ráckeresztúri Petőfi Sándor Általános Iskola (2465 Ráckeresztúr, Szent János tér 31.) Telefon: 06-25/455-806 (Szent János téri épület), 06-25/455-823 (Hősök téri épület). E-mail: alsosuli@rackeresztur.hu

RÁCKERESZTÚRI MOSOLY ÓVODA (2465 Ráckeresztúr, Korniss u. 25.)

Telefon: 06-25/455-824; 06-20/852-0342; e-mail: mosolyovoda@rackeresztur.hu

Étkezés lemondása és rendelése reggel 8 órától 10 óráig: 06-20/852-0332

Fejér Megyei Pedagógiai Szakszolgálat Martonvásári Tagintézménye

2462 Martonvásár, Szent László utca 24. I. emelet (a családsegítő szolgálat épülete)

Telefon: +36 (22) 796 175; +36 (30) 302 3453

E-mail: martonvasar@fejermepsz.hu; **Honlap:** www.fejermepsz.hu

Nyitva tartás: hétfő–csütörtök: 8.00–16.00; péntek: 8.00–14.00

A Fejérvíz Zrt. helyi képviselői • Vízszolgáltatás: Jordán Géza 06-30/598-1269; **Csatornaszolgáltatás:** Smigol László 06-30/819-5607, Gondi Géza 06-30/868-2293

E.ON Észak-dunántúli Áramhálózati Zrt. (www.eon.hu)

Hibabejelentő: 06-80/533-533

Ercsi rendőr járőr: 06-20/3800-039; **Körzeti megbízott: Szilukács Krisztián, Vásári Dénes:** 06-20/210-5166

Polgárőrség: 06-70/211-6424



MENTŐK: 104

RENDŐRSÉG: 107



TŰZOLTÓK: 105

SEGÉLYHÍVÁS: 112



Új helyszínre költözött a fogászati ügyelet

Nagy örömünkre szolgál bejelenteni, hogy az Érd, Budai út 3. szám alatti rendelőben működő hétfői és ünnepnap fogászati ügyelet 2021. május 1-jétől új helyen várja a pácienseket.

Az ellátásnak – melyet Érd Megyei Jogú Város Önkormányzata biztosít a Szép és Ép Fog Kft.-vel érvényben lévő



szerződés alapján – az **Érd, Felső utca 8. szám** alatt működő Jenei Fogászati rendelő ad új otthont. A költözés a jelenleg is magas minőségű alapellátás további fejlesztését teszi lehetővé. A rendelő könnyebben

megközelíthető, a parkolás többé nem okoz gondot a kezelésre érkezők számára. A magánrendelő korszerű berendezéseit (például a digitális panoráma röntgen készüléket) ezentúl az ügyeleti kezeléseken is tudják használni kollégáink. Ennek segítségével még pontosabbá válik a diagnózis felállítása, elősegítve ezzel a korszerű és hatékony beavatkozást. Az új rendelő kialakításában nagy szerepet játszott a fokozott higiéniai szabályoknak megfelelő elrendezés. Nem utolsósorban a rendelő a Szép és Ép Fog Kft. (Jenei Fogászat) saját tulajdonát képezi, mely szavatolja az egészségügyi ellátás stabilitását a jövőre nézve. További fejlesztés, hogy a páciens-koordinációt, valamint az egészségügyi szabályok pontosabb és szakszerűbb betartatását a rendelőben recepciós kollégánők segítik és adnak szakszerű felvilágosítást.

Telefonos elérhetőségünk – melyen az előzetes bejelentkezés mindenképpen szükséges – **nem változott: 36-20/250-8583.**

Jenei Fogászat



Bemutakozik dr. Szabó Gergely

Gyerekkorom óta az orvosi pályára készültem, és mindig missziómnak tekintettem az emberekkel való foglalkozást, a gyógyítást. Diplomámat a Debreceni Egyetem Fogorvostudományi Karán szereztem meg. Fogorvosként legfőbb célom, hogy fájdalommentes kezelések során hozzásegíthessem betegeimet az egészséges szájhigiénéhez és a szép mosolyhoz.

A fogszuvasodás a világon az egyik leggyakoribb népbetegség, és ez ellen a pácienseknek is tenni kell – a fogorvos hathatós segítségével. Éppen ezért tartom kiemelt jelentőségűnek a prevenciós munkát. Nagyon örülök, hogy a megelőző tanácsadáson túl teljes körű fogászati ellátásban részesíthetem Ráckeresztúri lakóit.

Remélem, bizalommal fordulnak majd a továbbiakban is rendelésünkhöz.

Tisztelt Olvasók, kedves Ráckeresztúriak!

Szerkesztői levél

Lehet, hogy írtam már, nagyon szeretek levelet kapni. Számomra a kézzel írt levél nagy érték – sok minden rejlik benne. A feladó lelke, énjének legszebb része. Persze mindez csak akkor igaz, ha a levélnek van feladója. Ha a szépen kanyarított betűk mögött felsejlik egy-egy kedves arc, akiről tudom, hogy azért írt nekem, mert kedvel, mert szeret.

Épp ezért névtelen levelet nem szeretek kapni. Még akkor sem, ha netán „Kedves Ágika!” a megszólítás. Ugyan kihez kössem e szép szavakat? Szerencsére az elmúlt negyven évben, mióta írni tudok, s mióta rendszeresen levelezek sok mindenkivel, még sosem kaptam névtelen levelet. Illetve de. Nemrég, a *Ráckeresztúri Hírmondó* címére. Az első mondatig még örültem is (a levélíró jelezte, hogy minden Hírmondót elolvas), aztán változott a téma. Nem szeretném kifejteni, mert az az álláspontom, hogy névtelen levélre nem válaszolok. A tisztelt levélírónak mindenesetre ajánlom figyelmébe – újr olvasásra – a *Ráckeresztúri Hírmondó* 2018. augusztusi számát.

A május talán az esztendő legszebb hónapja. Nekem azért is, mert e hónapban született anyukám, aki idén lenne nyolcvanestendős, de már öt éve nincs velünk. Gyakran álmodom vele. Legutóbb épp együtt száguldottunk a Trabanttal ismeretlen utakon, és semelyik fék nem működött. Vajon mit üzent ezzel anyu? Csak nem azt, hogy lassítani kellene, hogy odafigyelni a helyes útra? Persze ki tudja, mi a helyes? De egy biztos: fontos, merre indulunk, merre megyünk tovább, hiszen néha nem a jól megszokott köröket kell róni. Ideje van olykor a változásnak és a változtatásnak is, mert senkinek sem lenne szabad beleragadnia a múltbéli nehézségekkel terhelt helyzetekbe.

Újuljunk meg így a tavasz végén, nyár elején! Talán némiképp szabadabban lélegezhetünk e nagy járványhelyzet közepén is. Bízunk abban, hogy jobb időszak vár ránk, és ne engedjük el egymás kezét!

Gajdó Ágnes

EGY PERC VERS – HŐSÖK NAPJA

BALÁZS BÉLA: Lélek a háborúban (részlet)

Tedd el a zászlót, nincs mit lobogtatni,
Azért, hogy kissé reccsen a hajó.
Rossz vihar vágta más hajókhoz
De nincsen ezen szavalni való.
Csendesen.

Mert itt szolgálunk, itten hely is állunk,
Meg is halunk, mert hajón ez a rend.
Vagy mi, vagy ők. De dalolás az nem lesz.
Matróz-testvérek várnak odalent
Csendesen.

Hajónk, hajónk az megmarad bizonynal
De minket bűnnek vérhulláma nyel be.
Rejtsd el zászlód: tiszta éneked.
Mi már süllyedjünk így el: tisztelegve,
Csendesen.



TISZTELT LAKOSSÁG!

Az óvoda épületétől a használtolaj-gyűjtő edényt át-helyeztük a Hősök terére, így már mindkét gyűjtő-edény itt várja a lakosokat. Az áthelyezés oka, hogy az óvodai edényzet félig sem telt meg, míg a másikat kéthetente szállítatjuk, sokszor már a kuka mellett is gyűltek az üvegek.

Nagy örömről szolgál, hogy a lakosság szereti és használja ezt a környezetbarát gyűjtési lehetőséget!

Ráckeresztúr Község Önkormányzata

POSTA (2465 Ráckeresztúr, Ady Endre u. 22.)

Telefon: 25/455-819

Általános nyitvatartás:

Hétfő: 8:00 – 12:00; 12:30 – 16:00
Kedd: 8:00 – 12:00; 12:30 – 16:00
Szerda: 8:00 – 12:00; 12:30 – 17:00
Csütörtök: 8:00 – 12:00; 12:30 – 16:00
Péntek: 8:00 – 12:00; 12:30 – 15:00
Szombat, vasárnap: zárva

Pénzforgalmi nyitvatartás:

Hétfő: 8:00 – 12:00; 12:30 – 15:30
Kedd: 8:00 – 12:00; 12:30 – 15:30
Szerda: 8:00 – 12:00; 12:30 – 16:30
Csütörtök: 8:00 – 12:00; 12:30 – 15:30
Péntek: 8:00 – 12:00; 12:30 – 14:30
Szombat, vasárnap: zárva

Elsőbbségi küldemények végső feladási időpontja:
hétfő–csütörtök: 16.00; péntek: 15.00.



Tisztelt Ráckeresztúriak!

A Hősök terén megújult WiFi hotspot sikerére való tekintettel bővítettük a WiFi hotspot által lefedett területet!

Immáron az Eötvös utcában található pihenőpark és játszótér teljes területén is elérhető az ingyenesen elérhető WiFi, amelyhez a hozzáférés szabad, minden felhasználó 24 óránként két óra időtartamban – akár többszöri feljelentkezéssel is –, adatforgalmi korlát nélkül használhatja a Free WiFi szolgáltatást. A szolgáltatási zóna a Hősök tere és az Eötvös pihenőpark és játszótér.

Keresse a: Ráckeresztúr FreeWiFi nevet (SSID-t) a wifi listájában és csatlakozzon!

Jó netezést kíván az Önök internet- (és tévé-) szolgáltatója, az:

Arany Antenna Bt.

VERTIKÁL ZRT.

(HULLADÉKSZÁLLÍTÁS)

Ügyfélszolgálat címe:

2451 Ercsi, Rákóczi út 80.

AZ ÜGYFÉLFOGADÁSI IDŐ VÁLTOZOTT!

hétfő: 13.00–16.00; szerda: 10.00–18.00;
péntek: 7.00–13.00

Telefon: 06-30/990-5327

E-mail: ercsi@vertikalrt.hu

HÁZHOZ MENŐ LOMTALANÍTÁS

IDŐPONT-EGYEZTETÉS

Telefon: 06-25/436-535

E-mail: dunanett@dunanett.hu

Honlap: www.dunanett.hu

HULLADÉKSZÁLLÍTÁS 2021-BEN

	május	június	július	augusztus	szeptember	október	november	december
kommunális hulladék	6., 13., 20., 27.	3., 10., 17., 24.	1., 8., 15., 22., 29.	5., 12., 19., 26.	2., 9., 16., 23., 30.	7., 14., 21., 28.	4., 11., 18., 25.	2., 9., 16., 23., 30.
komposztálható	25.	22.	20.	17.	28.	26.	23.	–
újrahasznosítható	12., 26.	9., 23.	7., 21.	4., 18.	1., 15., 29.	13., 27.	10., 24.	8., 22.

Minősített tenyészállat előállító üzem – táblaavatás

A Holstein-fríz Tenyésztők Egyesületének elnöksége a szakbizottság javaslatára 2012-ben új tenyésztési védjegy alapításáról döntött. A Törzskönyvezett Holstein-fríz állomány, Minősített tenyészállat előállító üzem táblák célja a figyelem felhívása arra a fontos és felelősségteljes tenyésztői munkára, mely ezen a telepeken zajlik. A holstein-fríz fajta hazánkban kimagaslóan fontos szerepet tölt be a többi fajta-



hoz képest az ország élelmiszerellátásában. A hazai üzetek polcaira kerülő, kiváló minőségű magyar tejtermékek szinte teljes mértékben ennek a fajtának köszönhetők. Nagyon fontos feladat tehát, hogy ennek a genetikai erőforrásnak a fejlesztését, tökéletesítését minél szakszerűbben, a kor követelményeinek és a legmodernebb kutatásoknak megfelelően fejleszteni tudjuk. Azok az üzemek, melyek ezzel a védjeggyel rendelkeznek, nem csupán a gazdaságos tejtermelés élenjárói, hanem fontos szerepet vállalnak a magyar holstein-fríz állomány minőségi fejlesztésében is. Tenyésztükben termelésellenőrzést folytatnak, küllemi bírálatot végeztenek, ivadékvizsgálati programokban vállalnak szerepet, egyesületi tagsággal rendelkeznek, és részt vesznek a Nemzeti Tenyésztési Programban.

A Prorag-Agrárcentrum Kft. az első között lépett be a HUNGENOM programba, mely a leggyorsabb genetikai előrehaladást biztosítja azáltal, hogy már fiatal borjúkorban genomikai tenyész értékekkel tud dolgozni a tenyésztői döntések meghozatalánál. Hatékonyabb szelekciót, célirányos tenyész párosítást tud megvalósítani. Ennek fő szempontja a magas omega 3 zsírsav tartalmú, egészséges tej előállítása. Bízunk abban, hogy ezzel a táblával büszkélkedő üzeink tenyészállataik értékesítésekor is előnyt tudnak élvezni, hisz vevőiknek garancia a kiváló minőségre a szakértelmet és élenjáró munkát igazoló védjegy.

A tanúsító oklevelet Bodó Ágoston ügyvezető igazgató, Hirják András termelési igazgató, Szili József telepvezető és munkatársaik vették át.

Prorag-Agrárcentrum Kft.

ÚTRAVALÓ ÜZENET

„Micsoda gondolatból alkothatta Isten a virágot? Hiszen ha csak bezöldíteni akarta a földet, csupa fűvel is bezöldíthette volna. De mennyi szép virágot vegyített a fű közé! A pirinkó nefelejcsből mind a rózsáig mennyi ezer és ezerféle alakú és színű virág nyílik mindenütt, ahol emberi láb nem tapossa el! A rózsá talán mégis a legszebb. De a liliom meg csupa rejtelem. Honnan veszi a liliom azt a csodás tisztaságú fehérségét? A földből? A föld fekete.”

(Gárdonyi Géza)

AJÁNlja FEL ADÓJA EGYIK 1%-ÁT VALAMELY EGYHÁZNAK!

A Magyar Katolikus Egyház
technikai száma: **0011.**
A Magyarországi Református Egyházé: **0066.**
BŐVEBB INFORMÁCIÓ: NAV.GOV.HU

Tisztelt Ráckeresztúriak!



Adójuk 1%-ával segíthetnek a településen működő civil szervezeteknek. Kérjük, a bevallás elkészítésekor ne feledkezzenek el a helyi egyesületekről. (A szervezet adószámát kell a rendelkező nyilatkozaton feltüntetni.)

Ráckeresztúri Iskolásokért Alapítvány
Adószám: 18489509-1-07

Ráckeresztúri Vagyon- és Polgárőrség
Adószám: 18491603-1-07

Szív Csücske Alapítvány
Adószám: 18731349-1-07

Református Rehabilitációs Alapítvány
Adószám: 18492415-1-07

MOSOLY HÍREK

Az élet nem állt meg

Április közepén, amikor az alsó tagozatosok előtt megnyílt az iskola kapuja, az óvodában nem sok minden változott. Korábban is fogadtak gyerekeket, most is, bár koránt sincs telt ház. A csoportok a megszokott rend szerint élnek mindennapjaikat, és az év elején kialakított nevelési tervtől sem térnek el.

Gáborné Kutasi Katalin intézményvezetőtől megtudtuk, hogy a húsvéti ünnepek előtt az óvónők a húsvéti hagyományokról, szokásokról beszélgettek a gyerekekkel, sajnos most elmaradt a szokásos családi nap. Ám készítettek tojásfát, méghozzá barkából, amit közösen díszítettek fel az óvoda folyosóján.



Kihasználva, hogy csendesebb volt az intézmény, egy raktárhelyiségből mozgásfejlesztő szobát alakítottak ki önkéntes segítők részvételével, és Tóth Sándor, Németh Kristóf, Szabó Gyula közreműködésével felújították a fejlesztő szobát is. Mindez azért is fontos, mert eddig a gyerekek mozgásfejlesztése a folyosón történt – ezentúl viszont sokkal komfortosabb környezetben foglalkozhatnak a kicsikkel. Az óvodavezető elmondta azt is, hogy minden csoportszobában és helyiségben megtörtént a nagytakarítás és fertőtlenítés, alaposan felkészültek a gyerekek fogadására.

A napi feladatok mellett pályázattal is foglalkoztak, aminek meg is lett az eredménye: egy sporttal foglalkozó cég által kiírt pályázaton az óvoda 435 000 forint értékben labdákat és sporteszközöket nyert. Mindez azt jelenti, hogy sokkal változatosabban tudják fejleszteni a gyerekek mozgáskoordinációját. A labda az egyik legjobb sporteszköz, ugyanis sokféle területen fejleszti a kicsik motoros és pszichomotoros képességeit. Labdázás közben megtanulják, mi az együttműködés, a szabálykövetés lényege, s azzal is szembesülhetnek, miért érdemes türelmesnek lenni.

Az óvodában a nevelők a gyerekekkel együtt ültették el a különféle vetőmagokat és hagymákat, folytatva az Iskolakert-pályázat keretében megkezdett munkát. A testhezállók, kifejezetten gyermekméretű szerszámokkal könnyebben ment a munka, s a lurkók kíváncsian várják, mikor kel ki a vetemény, amit majd tovább gondolhatnak. A Föld napjáról sem feledkeztek meg, ez alkalomból a szelektív hulladékgyűjtésről volt szó, és a csoportok különféle technikákat alkalmazva elkészítették a Föld bolygó makettjét is.



GÁ

(Az írás szerkesztett formában megjelent a Fejér Megyei Hírlap 2021. április 26-i számában.)

EPERTORTA – AKÁR GYERMEKNAPRA

(Forrás: pitemania.blogspot.com)

Hozzávalók: A kakaós tésztához: 4 db tojás, 11 dkg kristálycukor, 12 dkg olvasztott vaj, 6 dkg liszt, 1,5 dkg darált mandula, 3 dkg kakaó, 1 sütőpor (kicsit kevesebb, mint egy egész), 1 zacskó vaníliás cukor, csipet só. A krémhez: 50 dkg eper, 12 dkg porcukor, 2 ek citromlé, 4 dl tejszín, 25 dkg mascarpone, 1 doboz eperjoghurt (150 g), 3 zacskó Dr. Oetker őrölt, fehér étkezési zselatin. A csokoládé-glazúrhoz: 1,5 dl tejszín, 1,7 dl víz, 23 dkg cukor, 7,5 dkg kakaó, 1,2 dkg zselatin. Ezenkívül eper a torta oldalához és a tetejére. **Elkészítése:** A tésztához válasszuk szét a tojások sárgáját és fehérjét. A fehérjét egy kevés cukorral verjük kemény habbá. Keverjük a lisztet a sütőporral. A tojások sárgáját keverjük el a maradék cukorral és a vajjal. Szítaljuk hozzá a sütőporos lisztet, a kakaót, keverjük hozzá a mandulát, a vaníliás cukrot, a csipet sót, majd a végén óvatosan adagolva a tojások habját. Egy 28 cm-es tortaforma aljába tegyünk sütőpapírt, az oldalát vajazzuk és lisztezzük, öntsük bele a tésztát, majd 180 fokon kb. 25-30 perc alatt süssük készre. Ha elválik a forma szélétől, akkor már jó. Amíg a tészta hűl, készítsük el a krémet. Áztassuk be a zselatint hideg vízbe, előírás szerint. Daraboljuk fel az 50 dkg epert, turmixoljuk pépesre, adjunk hozzá 8 dkg cukrot és 2 ek citromlevet. A zselatint óvatosan melegítsük fel, addig amíg folyékony állagú lesz. Felforralni nem szabad, mert elveszíti zselésítő hatását. Keverjük hozzá az eperpüréhez, és időnként kevergessük meg. A tejszínhabot verjük kemény habbá egy evőkanál porcukorral. A mascarpone-t is keverjük jól el egy evőkanál porcukorral, majd adjuk hozzá az eperjoghurtot, az eperpürét, és legvégül keverjük hozzá a tejszínhabot. A kihűlt tésztát rakjuk egy tálcára, helyezzünk rá egy tortagyűrűt. Jól szorítsuk köré, majd a tészta szélén rakjuk körbe félbevágott eperszeletekkel. Az eperszeleteknek a tortagyűrűhöz kell tapadnia. Töltsük bele a krémet, takarjuk le és rakjuk be a hűtőbe egy éjszakára, hogy megszilárduljon. Készítsük el a tortaglazúrt. A tejszínt a vízzel és a cukorral melegítsük fel 104 fokra. A zselatint áztassuk be egy kevés vízbe, majd melegítsük langyosra. Egy magas falú edénybe mérjük ki a kakaót, és ha a tejszín-víz-cukor keverék elérte a 104 fokot, öntsük rá a kakaóra folyamatosan kevergetés közben. Botmixerrel pürésítsük. Ennél a folyamatnál a botmixert nem szabad kiemelni a folyadékából, hogy ne kerüljön bele levegő. A levegőtől buborékos lesz. Öntsük bele a felolvasztott zselatint, keverjük simára, majd egy szűrőn szűrjük át. Folpack fóliával takarjuk le, hogy ne bőrösödjön a teteje. Ha kihűlt, rakjuk a hűtőbe ezt is egy éjszakára. Másnap reggel a megkötött glazúrt melegítsük fel 30 fokra, és szép egyenletesen elosztva öntsük a torta tetejére. Nem kell az egész mennyiség. Tegyük vissza a hűtőbe 3-4 órára, hogy a hidegtől megszilárduljon. Ha megkötött a glazúr, távolítsuk el a tortagyűrűt, és díszítsük gyümölcsökkel. Jó étvágyat a tortához!

Újra pattog a labda

Iskolánkban az április 19-ei héttől már legalább az alsó tagozaton személyesen tarthatunk testnevelés órákat, így tovább folytatódnak a kézilabda és a kosárlabda szövetségek által előírt házi bajnokságok. Sajnos az országos rendezvények idén is elmaradnak. Mi mégis tovább készülünk már a következő tanévre.

2021. április 26-án a 4. tagozat 3:3, illetve 4:4 elleni hárompalánkos kosárlabdajátékot játszott. Szerdán, 2021. április 28-án pedig az 1. tagozat növendékei sor- és váltóversenyen mutatták meg, mennyit is fejlődtek a tanév során.

Nagyon jó látni, hogy a gyerekek napról napra egyre jobban élvezik a játékot, a szabályokat betartva ügyesednek. Megtanulják elviselni a vereséget, helyén kezelni a győzelmet, és tisztelni az ellenfelet.

Gratulálok minden tanítványomnak!

Hajrá KERU!

Endrődi Noémi



Friss hírek, információk: www.rackeresztur.hu

Facebook: Ráckeresztúr Község Önkormányzat hivatalos oldala



RUHAGYŰJTÉSI NAP AZ ISKOLÁBAN!



EZEKET TUDJUK
ELFOGADNI
BEGYŰJTÉSKOR

- Női, férfi és gyerek ruhadarabok
- Összepárosított cipők (ezeket kérjük cipőfűzőjüknel vagy más módon összekötni)
- Kézitáskák
- Sapkák, kalapok, sálak
- Fehérnemű, zokni
- Lapedő, függöny, törölköző

A gyűjtés időpontja:
2021. május 27-én 8 órától
június 1-jén 12 óráig
a Hősök téri iskola aulájában

A gyűjtésre szánt zsák: az iskolában az osztályfőnököktől, illetve Drozdikné Tünditől és Endrődi Noémitől lehet kérni, de 50-60 literes szemeteszsákban bekötve is be lehet hozni.

Az iskola a leadott súlynak megfelelő összeget
kapja jutalomként



EZEKET NEM TUDJUK
ELFOGADNI
BEGYŰJTÉSKOR

- Paplan, takaró, párna
- Szőnyeg, fürdőszobai szőnyegek
- Szakadt, lyukas, koszos, nedves darabok
- Munkaruházat
- Textil darabok, anyagdarabok
- Nem kész ruhák

ÉRTÉKMÉRŐ

Ízig-vérig zsoké

Varga Zoltán a magyar lóversenysport egyik legeredményesebb alakja

Nemrég levél érkezett a helyi újság címére, melyben páratlan sportpályafutásra hívták fel a szerkesztő figyelmét: Varga Zoltán zsoké több mint ezer versenyt nyert negyvenéves pályafutása idején.

Ritkaság egy kis település életében, hogy valami igazán szenzációs történjék. A felfedezés, hogy az 1964-ben született Varga Zoltán



a ráckeresztúri általános iskolában végzett, önmagában nem volna meglepő, hiszen jó páran ballagtak már az évek, évtizedek során ebből az alma materből. Ám Varga Zoltánból világhírű zsoké lett, több országban dolgozott, jelenleg Angliában él. Nem mindennapi sportpályafutását felesége, Vargáné Tavaszi Gyöngyi és Sereg András sportújságíró segítségével idézzük föl, Zoltán ugyanis egy évekkel ezelőtti lovas baleset miatt sajnos nem tudta vállalni az interjút.

Zoli tizennégy éves korában felkerült Pestre, a szülei – Toldi Mária és Varga István – mindig is büszkék voltak rá. Amíg édesapja élt, tartotta a kapcsolatot az emberekkel, tudtak az ő híres zsoké fiáról – idézi a múltat Gyöngyi. Ha röviden kellene összefoglalni Zoli pályafutását: 1400 galopp versenyt nyert, ebből ezret Magyarországon, négyszázat Európában, Amerikában és egy kicsi arab államban, Kuvaitban.

Sereg Andrástól tudjuk, hogy a lósport rajongói minden bizonnyal figyelemmel követik a magyar zsokék életútját, teljesítményét. Varga Zoltán több mint negyven esztendeje ült lóra mint kezdő zsoké, akkoriban huszonnyolc kiló volt és mindössze tizenöt éves. Ahogy egy interjúban felidézte, eredetileg a szobafestő szakmát választotta volna, s a bátyja szeretett volna mindenáron zsoké lenni, de édesapjuk lebeszélte. Zoli viszont meggondolta magát, s a lovak mellett köteleződött el egy életre. Galló Mihálynál kezdte elsajátítani a zso-



késág minden csínját-bínját. Első versenyét 1981-ben Piróg nyergében nyerte, majd sorban jöttek a sikerek.

Magánélete is jól alakult: Tavaszi Gyöngyivel 1983-ban kötött házasságot. A kettejük közötti harmónia talán annak is köszönhető, hogy Gyöngyi is szorosan kötődik a magyar lóversenyzéshez, szeretettel gondoskodik a tehetséges négy lábúakról.

Zoli életútjában fordulópont az 1984-es év, ekkor került Aperia nov Zakariáshoz, akinek istállójában számos kiváló lóval találkozhatott. Ebben az évben harmincnegyszer haladt át elsőként a célvonalon. Nemcsak remek négy lábúakkal, de kiváló



kollégákkal is együtt dolgozhatott, hiszen az istállótulajdonoson kívül Vas Józseftől, az istálló első lovasától is sokat tanult, aki mindig szeretettel figyelmeztette ifjabb társát a hibáira, s tanácsokkal látta el, hogyan lehetne még jobb lovas. ➡

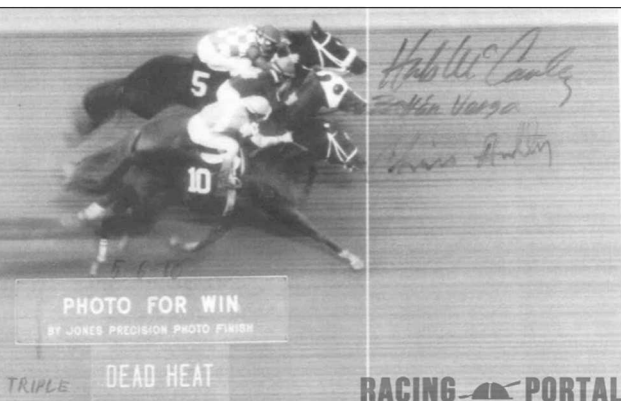


☛ Varga Zoltán komolyabb sikerét 1985-ben aratta, amikor Try Starral megnyerte a Báró Wesselényi Miklós Emlékversenyt és a Szent László Díjat. 1988-ban lett először champion itthon. Miként Sereg András kiemeli, mindezt azért fontos hangsúlyozni, mert Zoli Ausztriában háromszor is elhódította e címet, és volt, hogy a két országban egyaránt bajnok volt. A nagy álom 1989-ben teljesült, ebben az évben megvédte bajnoki címét, és sikerült a derby-győzelem is Tabán nyergében. Pályafutásában különleges év 1991. Ekkor ugyanis, egészen pontosan október 7-én hármas holtversenyben győzött a Belmont Parkban. Mondani sem kell talán, mennyire ritka az ilyen, a krónikák szerint ötven, de inkább százévente történik „triple dead-heat”.

Sereg András felhívja a figyelmet Zoli káprázatos pályafutására, melynek során megnyerte a Magyar Derbyt, a

Kincsem Díjat kétszer, az Imperiál Díjat ötször, a Batthyány–Hunyady-díjat hatszor, a Káposztásme gyeri Díjat hatszor, a Millenniumi Díjat ötször, a Szent László Díjat ötször, és szintén ötször azt a Budapesti Díjat, amely ma annak a Kállai Pálnak a nevét is viseli, aki Zoli előtt hatvanöt győzelemmel a ranglistát vezető lovasunk (Kállai 1090, Varga 1035). Zoli legemlékezetesebb győzelmének a 2005-ös Imperiál Díjat tartja, amikor a startnál beragadtak Lidohill-lel, de így is megnyerték a futamot. A sikeres sortemember egy interjúban szolt arról, mi szükséges ahhoz, hogy valakiből jó zsoké legyen: kell hozzá alázat, nagyon sok szorgalom és kell egy kis fanatizmus. Ezenkívül ha kicsit jobban megy a szekér, ne bízzuk el magunkat. Ő maga mindig is nagyon szerényen beszélt a sikereiről.

A Varga házaspár 2016-ban az Egyesült Királyságba költözött. Zoli a volt válogatott labdarúgó, Mick Channon angliai istállójába került mint munkalovas, ahol – tevékenysége elismeréseként – egy csodálatos ugrólovat neveztek el róla. Legutóbb William Haggasnál állt alkalmazásban, ám jelenleg sajnos nem tud



dolgozni. Felesége elevenítette föl életük sorsfordító pillanatait: „A 35. házassági évfordulónk napján Zoliék a lovakat edzették reggel. 50-60 km sebességgel mentek, amikor lezuhant a lováról, és mozdulatlan maradt! Mindenki halálosan megijedt, mert nem tért magához, helikopter vitte a kórházba. Közölték velem a kórházban, hogy nem biztos, hogy felébred, hogy életben marad. Agyi aneurizmája volt, ami az eséstől súlyosbodott. Megműtötték, azután három keserves hónap következett, hogy hogyan tér vissza. Semmiben nem bíztam, csak az ő csodás akaratában és erejében, és imádkoztam! Csodaszámba menő felépülésen van túl, de mindez lelkileg nagyon megviselte őt.

Mindent meg tud csinálni, de az egyik szemére nem lát, a bal keze nem tökéletes, és nehezen beszél, néha gondolkodnia kell. Hiányoznak neki a lovak és a mozgalmas élet.”

Varga Zoltánra még egy műtét vár Angliában, utána azt tervezik, hogy hazaköltöznék Magyarországra. Miként Gyöngyi mondja: „Hiányzik a család, az unoka, hiszen a vírus miatt nem tudunk utazni, mi sem fiatalodunk, velem is bármi történhet, így szükségünk van a családra.”

A világot járt zsokéra tisztelettel és szeretettel gondolnak a ráckeresztúriak, és nem mindennapi sportpályafutását a helyi értéktárban is szeretnék megőrizni.

Gajdó Ágnes

(Forrás: Sereg András: 40 éve a nyeregben = racingportal.eu/40-eve-a-nyeregben; racingportal.eu/30-eve-a-nyeregben; www.youtube.com/watch?v=rW2gvzIt1SU; fotók: Patyus Ferenc, Terényi Helga, családi archívum. Az írás szerkesztett formában megjelent a Fejér Megyei Hírlap 2021. május 8-i számában.)

SZAMURÁJ 07 KFT.
AKCIÓK
 TÁVFELÜGYELETI
 SZOLGÁLTATÁS
 2000 forinttól!

AKCIÓS
ESZKÖZCSOMAGOK
SZERELÉSSSEL
MÁR 80 000 Ft-tól!
 A RÉSZLETEKÉRT
 ÉRDEKLŐDJÖN:
06-30-9-298-597
06-30-9-817-396
06-23-358-723
www.szamuraj07.hu



ERCSI NAPLEMENTE

ERCSI NAPLEMENTE BT.
 TEMETKEZÉSI SZOLGÁLAT

2451 Ercsi, Mártírok útja 21.
 email: ercsinaplemente@gmail.com
 irodatel.: +36 30 604 2827

Vajdics Ákos
 ügyvezető

Nyitva tartás:
 hétfőtől-péntekig 8-18 óráig, ebédidő 12-14 óráig
 Mindörökké hívható éjjel-nappali ügyelet:
 mobil +36 30 982 3053, ügyelet +36 30 378 8958

Teljes körű kegyeleti ügyintézés és segítségnyújtás a gyászban,
 emellett sírkövek készítése, felújítása, vésése és gravírozása.

HIRDETÉSI LEHETŐSÉG • Keretes hirdetések díja: 1/1 oldal: 14 400 Ft; 1/2 oldal: 7200 Ft;
 1/4 oldal: 4800 Ft; 1/8 oldal: 2400 Ft; 1/16 oldal: 1200 Ft *(Az árak az áfát nem tartalmazzák!)*

Hirdetésefeladás a 06-20/405-8315-ös telefonszámon vagy
 a rackereszturi.hirmondo@gmail.com e-mail-címen.



máté
emetkezés

E-mail: zoltan.mate.mv@gmail.com
 mvgyongyi@gmail.com

Máté Zoltán
 tulajdonos

2462 Martonvásár
 Bajcsy-Zs. u. 12-14.

Állandó ügyelet:
06-70/567-6997

Iroda/Fax:
06-22/461-485
06-70/384-8268

Nyitva: hétfőtől vasárnapig: 8-16



Megbízható
DUGULÁSELHÁRÍTÁS
Hétfőn és ünnepnapokon is!
Nincs kiszállási díj!
Telefon: 06-70/303-6003

MASSZÁZS, KÉZ- és
LÁBÁPOLÁS, PEDIKÚR
HÁZHOZ MEGYEK.
 Hívjon bizalommal!
Telefon: 06-70/299-0577

Gondolatébresztő...

„A hangok hamarabb meghalnak, mint
 a színek és illatok, de sokkal tovább
 kísértenek.”



(Móra Ferenc)

A tudatos folyadékpótlásról

Az idei tavaszunk a korábbiaktól eltérően kevésbé hozott nyári-as meleg időjárást, ezért jóval nehezebb ráhangolódunk az év legmozgalmasabb, csodákkal teli évszakára, a nyárra. A hamarosan nyakunkon lévő meleg hónapokra fontos és lényeges időben felkészülnünk.

Miért is?

A beköszöntő meleg időjárás nagy hatással van a szervezetünkben lezajló folyamatokra, melyeknek alapja szervezetünk vízháztartása. A médiában rendszeresen hívják fel figyelmünket arra, hogy fogyasszunk megfelelő mennyiségű folyadékot. Azt azonban nem minden esetben emelik ki, hogy egészségünk szempontjából mi a legideálisabb. Nagy népszerűsége miatt az a cukros üdítők, melyeket előszeretettel reklámoznak, például egy napi sorozatban a szereplők is ezt fogyasztják. Nálunk elhiszük, ha ők is ezt isszák, és semmi bajuk (vékonyak, egészségesek stb.), akkor ránk se lehetnek negatív hatással ezek a termékek.

Néhány javaslat arra, mit fogyasszunk nyáron.

Általánosságban elmondható, hogy nagy mennyiségben kerüljük a túl cukros (édesítőszeres), koffeines, alkoholos italokat. Életkorunktól, fizikai aktivitásunktól függően más-más folyadékmennyiségre van szüksége szervezetünknek. Az erre vonatkozó ajánlásokat tartalmazó táblázatot cikkünk mellékleteként olvashatják.

Ivóvíz: Az emberiség számára legfontosabb, legjelentősebb élelmezési célú folyadék. Egyes országokban szinte ismeretlen az iható minőségű víz a természetben, ezért becsüljük meg! Egy felnőtt átlagos napi ivóvizigénye nyári időszakban legalább két-három liter, de intenzív munkavégzés esetén ennek akár többszöröse is lehet.

Limonádé, szörp: Nincs is jobb, mint egy forró napon saját kezűleg elkészített limonádé vagy szörp. Tetszőlegesen választott ízben készülhet például citrom, eper, málna, cseresznye, meggy, bodza, de különböző gyógynövények segítségével is különleges ízt adhatunk frissítő italunknak (citromfű, menta, pitypang, levendula). Tapasztalat: amiből szörpöt lehet készíteni, az alkalmas limonádékészítésre is.

Lédús zöldségek, gyümölcsök: A nyár nagy sláger gyümölcs/zöldségei többek közt a cseresznye, meggy, barack, görögdinnye, szőlő, uborka, paprika, paradicsom, melyek szerencsére hazánkban is kiváló minőségben megteremnek. Folyadéktartalmuk mellett vitaminokban is rendkívül gazdagok, melyek segítenek szervezetünk ásványianyag-vesztésének pótlásában is. Ha lehetőségünk van rá, fogyasszuk a saját magunk által megtermelt gyümölcsöket, gyümölcsleveket. Amennyiben nincs, válasszunk Magyarországon termelt gyümölcsöt, zöldséget. Ki ne hallotta volna még a szlogent: „Vedd a hazait, vedd a hazait!”

Gyümölcslé: A fiatalok kedvelt itala a frissen facsart gyümölcslé. Felhívánánk mindenki figyelmét, hogy az a 100%-os, amit saját magunk készítünk el! A boltok polcain található termékek tele vannak rejtett cukrokkal, melyek hosszú távon nem tesznek jót egészségünknek.

Tea: Egy jó forró tea nem csak télen jelenthet nagy élményt. Meglepő módon nyáron is hűsít! Értágító és izzasztó hatása miatt hűsítő hatásának érezhetjük. Elsősorban a koffeinentes gyümölcssteák javasoltak nyáron, azonban napi néhány csésze zöld vagy fekete tea is kedvező élettani hatású. Aki pedig ódzkodik nyáron a meleg italoktól, annak egy jó hideg jeges tea is remek felfrissülés lehet.

Tejtermékek: Fontos kalciumforrások, illetve ásványianyagtartalmuk is aránylag magas. Mértékletesen fogyasztva kiváló táplálékkiegészítők.

Anyatejes csecsemőknek nincs szükségük egyébre az anyatejen kívül. Nincs jobb folyadékpótlás számukra. Az anyatej egyszerre szomjoltó és étvágycsillapító is. Mivel kisbabánk nem tud szólni, hogy „hej, anya, szomjas vagyok ám”, ne feledkezzünk meg erről, és kínáljuk gyakrabban őt a meleg nyári napokon.

Azok a gyerekek, aki nem anyatejet, hanem tápszert kapnak, forralt lehűtött vizet vagy babavizet fogyaszthatnak, kínáljuk őket sűrűn. Gyermeink számára a legideálisabb folyadékpótlás a víz!

Mit NE fogyasszunk nyáron?

Alkoholos italok: A kulturált és szolid alkoholfogyasztás életünk természetes része, azonban kánikula esetén kerüljük a nagy mennyiségű alkoholt, hiszen dehidratáló hatása miatt több kárt okozhatunk, mint hasznot. Természetesen nem tilos munka, vacsora után egy jó pofa sör, illetve nagyszerű élmény lehet egy kiváló fröccs elfogyasztása, azonban ezeket is mértékkel fogyasszuk!

Cukros üdítők, gyümölcslevek: Magas (hozzáadott) cukortartalmú italok mellett hogy szomjunkat nem csillapítják, elhízáshoz, cukorbetegség kialakulásához is nagymértékben hozzájárulnak.

Kávé, energiai: Élénkítő hatásuk miatt rettentően népszerűek, viszont ezen termékek nagymértékű fogyasztása vízhajtó hatást válthat ki, amely hamar dehidratáltsághoz vezethet.

Peszter Zsuzsanna védőnő

SZÜKSÉGES VÍZMENNYISÉG NAPONTA		
0-6 hó	680 ml/nap v. 100-190 ml/kg/nap	
6-12 hó	0,8-1 l/nap	
1-2 év	1,1-1,2 l/nap	
2-3 év	1,3 l/nap	
4-8 év	1,6 l/nap	
várandós anya	2,3 l/nap	
szoptató anya	2,7 l/nap	
életkor		
1,9 l/nap	9-13 év	2,1 l/nap
2 l/nap	14-18 év	2,5 l/nap
2 l/nap	19-70 év	2,5 l/nap

ZOOM**Újranyitottak a mozik!**

Szigorúan védettségi igazolvánnyal, de újra látogathatók a színházak, a koncertek, a mozik, az edzőtermek, a könyvtárak, a múzeumok, az uszodák, az állatkertek, a kalandparkok, a játszótérházak és a különböző sportesemények.

A **Budapest Film mozijai** (a Művész, a Puskin, a Toldi, a Tabán, a Kino Cafe és a Corvin) már május 1-jén ismét elindították műsorrendi vetítéseiket. Az Art mozikban huszonegy film közül, míg a Corvin moziban tizenegy film közül válogathatnak a nézők. A látogatók biztonsága érdekében csak védettségi igazolvány felmutatásával lehet beülni a filmekre, illetve a filmszínházak személyzetének kötelező a maszk viselete, de a közönség maszk nélkül mozizhat.

Míg a különböző art mozik és kisebb vetítőtermek már kinyitottak május elején, addig a legtöbb mozival és a legtöbb teremmel rendelkező magyarországi mozihálózat, a **Cinema City** nyitására még várni kell. A Cinema City PR-vezetője, Buda Andrea örül a kormányfő bejelentésének, de becslései szerint reálisan két hét felkészülés szükséges a részletszabályok és az óvintézkedések kialakítására, hogy a tőlük elvárt színvonalon tudják megnyitni a mozikat.

Ahogy a filmszínházakban, úgy itt is kötelező lesz a maszk a dolgozóknak, míg a közönség maszk nélkül élvezheti a filmet, de a távolságtartásra figyelnek majd. Az egy háztartásból érkezők egymás mellett ülhetnek, a szomszédos szék szabadon hagyásával. Ezenkívül kézfertőtlenítővel, rendszeres takarítással gondoskodnak a vendégek biztonságáról. Ezekre a rendelet nem kötelezi őket. **Várhatóan a Cinema City-k hetvenszázalékos kapacitással működnek majd.**

Ahogy haladunk a tavasz utolsó harmadában, egyre több érdekes alkotással találjuk szembe magunkat. A Netflix továbbra is izgalmas és ígéretes saját gyártású alkotásokkal várja a nézőket. Érkezik a **Lucifer 5.** évadának 2. része, záró évadához ér a **The Kominsky Method**, új évadot kap a **Master of None**, és egy új szuperhősös darab, a **Jupiter hagyatéka** is vár ránk. Az HBO GO-ra érkezik **Angelina Jolie** izgalmas menekülő thrillerre, valamint felkerül az összes **Rocky**-film, illetve a csatorna több ünnepelt sorozata is folytatódik majd a hónapban. Az elkövetkezendő hónapokban pár kiemelendő alkotás már a mozikban is debütál, ezért azokat sem hagyhatjuk ki.

NŐ AZ ABLAKBAN – NETFLIX, MÁJUS 14.

Anna Fox (Amy Adams) agorafóbiás nő, aki egyedül él hatalmas New York-i otthonában. A ház, melyet egyszer boldog családi légkör lengett be, most szinte üresen áll. A nő azzal tölti szabadidejét, hogy a világhálón ismeretlenekkel beszélget, iszik, és fényképezőgéppel a szomszédjait kémleli. Egy napon az ablakból olyan esemény szemtanúja lesz, mely gyökeresen felforgatja életét. Vajon hihet még egyáltalán az ép elméjének, vagy minden, amit látott, csak a képzeletének szüleménye?

SENKI – CINEMA CITY, MÁJUS 20.

Hutch Mansell (az Emmy-díjas Bob Odenkirk, Better Call Saul, Breaking Bad) az a fickó, akit észre sem vesz. Kertvárosi apuka, mellőzött férj, jellegtelen szomszéd. Egy senki. Amikor egy éjszaka két tolvaj betör az otthonába, az incidens belobbanja Hutch ismeretlen, régóta forrongó dühét, és olyan brutális útra löki, amely nehezen elfojtott sötét titkokat hoz a felszínre...

A HALOTTAK HADSEREGE – NETFLIX, MÁJUS 21.

Zack Snyder nem áll le. Most egy poszt apokalisztikus filmje debütál a Netflixen. Egy zombi járvány után Las Vegasban egy csapatnyi zsoldos mindent kockára tesz, amikor behatolnak a karantén zónába, hogy végrehajtsák a valaha volt legnagyobb rablást. A főbb szerepekben Dave Bautista, Ella Purnell, Ana de la Reguera, Matthias Schweighöfer, Nora Arnezeder, Hiroyuki Sanada, Raúl Castillo, Michael Cassidy és Garret Dillahunt látható.

**AKIK AZ ÉLETEMRE TÖRNEK – HBO GO, MÁJUS 14.**

Az egykor tűzoltóként dolgozó Hannah (Angelina Jolie) képtelen túltenni magát azon, hogy egy bevetés során elvesztette a teljes csapatát. A katasztrófát csak ő élte túl, és lelki sebei azóta se gyógyultak be. Egy nap rátalál Connorra, akinek szüleit meg-

gyilkolták, és a fiúval is végezni akarnak a tettesek. Hannah elhatározza, hogy megvédi a srácot, de az üldözők rájuk gyújtják az erdőt, és kezdetét veszi a túlélésért folytatott hajszja.

MONSTER HUNTER – SZÖRNYBIRODALOM – CINEMA CITY, MÁJUS 13.

Artemis hadnagy (Milla Jovovich) és emberei egy távoli bolygóra kerülnek – és az új világ régi lakói nem fogadják őket szeretettel. A hatalmas, elképesztő erejű, meghökkentő harci technikákkal felszerelt szörnyek kérdés nélkül, azonnal végezni akarnak látszólag védtelen ellenfeleikkel. Ám az emberek kis csapata nem adja fel könnyen. Életben akarnak maradni, bármi áron. Minél többen halnak meg közülük, annál elszántabban harcolnak tovább a kiismerhetetlen terepen. Egyetlen céljuk maradt: a túlélés.

HALSTON – NETFLIX, MÁJUS 14.

A hetvenes években híressé vált divattervezőről szóló életrajzi sorozatban **Ewan McGregor** alakítja a New York-i művészvilágban is otthonosan mozgó, **Liza Minnelli**vel is haverkodó **Halstont**, és ez már sok olyan néző számára is érdekessé teheti, aki nem ismeri a divattervező életét és munkásságát. Az ötrészes minisorozat arra az időszakra koncentrálna, amikor el akarták bitorolni tőle a védjegyként szolgáló nevét.

Horváth Benjámin

golyakamera.livenetwork.hu



Posztolj verset!

Hat évvel ezelőtt, 2015 áprilisában csatlakozott először a ráckeresztúri könyvtári, információs és közösségi hely a Posztolj verset az utcára! című országos felhíváshoz. A szervezők, a Gittegylet.com csapata – miként a posztoljverset.hu honlapon írják – „világraszóló költészeti akciót” szeretnének minden évben létrehozni József Attila születésnapján, hogy legyen egy nap a magyar versé. Mint írják: „árasszuk el a hirdetőoszlopokat, valódi üzenőfalakat, járdákat, és minden legálisan posztolható felületet versekkel!” Felhívásuk évről évre egyre több és több versbaráthoz jut el, s egyre többen tűzik ki kedvelt költeményüket valamely nyilvános vagy akár otthoni felületre. Több mint húsz országban mozdulnak meg ezen a napon a lírai alkotások rajongói, s valódi versáradat keletkezik a nap végére. Könnyebbség, hogy már nem csak egyetlen nap várják a posztokat. Sajnos a járványveszély miatt az elmúlt évben karanténverziót lehetett csak szervezni, idén pedig szintén némiképp másként történt minden.

A ráckeresztúri könyvtár az épület melletti kerítésre tett ki jó pár verset. Ezek között szerepeltek olyanok, amiket gyerekek írtak le, s küldték el e-mailben. A negyedikese online versmondással csatlakoztak tanítójuk, Drozdikné Nagy Ágnes Tünde vezetésével. A legtöbb költemény ebben az évben Petőfi Sándortól volt olvasható a szabadtéri kiállításon, de Babits Mihály, Csokonai Vitéz Mihály, Kisfaludy Károly, Juhász Gyula, Szabó Lőrinc, József Attila, Weöres Sándor, Csukás István, Varró Dániel egy-egy remeke is helyet kapott. Különösen értékes és töprengésre késztető Fodor Ákos *Játék-szabály* című szösszenete: „Mihelyt csatának / tekinted az életet: / el is vesztetted.”

Érdekes, hogy a könyvtár egyik munkatársa otthon, a kertjében haiku-cseresznyefát alkotott. A fehér virágok között a vénséges vén fa törzsén kézzel leírt versek sorakoztak ismert és kevésbé ismert költőktől. A haiku különleges műfaj, a japán költészet egyik jellegzetes versformája. Mindössze három sorból áll, de szigorú szabályoknak kell megfelelni. Jó példa rá Utassy József verse: „Hányszor de hányszor / nekivágnék az útnak! / Elém állsz holtan.”

gá

IRÁNY A KÖNYVTÁR!

Csüngjenek csodás csipeszek

A Községek Hete országos rendezvénysorozathoz a kezdetektől minden évben csatlakozik a ráckeresztúri Könyvtári, Információs és Közösségi Hely is.

Egy évvel ezelőtt minden rendezvényszervezőnek főtt a feje, hogyan is szervezzon bármilyen közösségi programot az online térben. Új volt mindenkinek a helyzet, de azért sikerült megoldani. A virtuális térben persze minden más, nincsenek kötetlen beszélgetések, nincs visszajelzés sem, ám sosem szabad föladni. Ha csak szerényebb részvétellel is, de fontos, hogy legyenek programok, fontos, hogy legyen lehetőség az egy településen élők megszólítására.

A Községek Hete évek óta lehetőséget teremt arra, hogy az egy településen élők kissé közelebb kerüljenek egymáshoz. A Szabadtéri Néprajzi Múzeum Múzeumi Oktatási és Módszertani Központ, az Országos Széchényi Könyvtár és az NMI Művelődési Intézet Nonprofit Közhatalmú Kft. együttműködésében 2021. május 10. és 16. között immár ötödik éve rendezték meg az országszerte nagy népszerűségnek örvendő programsorozatot, amely a közösségek fontosságára, a közösség megtartó erejére hívja fel a figyelmet.

Erre az alkalomra könyvtárunk is készült, és ahogyan tavaly is, most is két programmal vártuk az érdeklődőket – egyelőre csak az online térben. A legismertebb közösségi oldalon megtalálható a könyvtár oldala is, ott voltak elérhetők a feladatlapok, illetve ott lehetett megnézni a csipeszes videót. Csüngjenek csodás csipeszek! címmel ugyanis a könyvtár lepke- és méhecskegyűjtő akciót szervezett, ami azt jelentette, hogy a könyvtár előtti kerítésre bárki felcsíptethette az általa készített repülő lényt, jelezve, hogy a tavaszi sokszínűség és megújulás híve. Az óvodások is csatlakoztak – elsőként a Pillangó és a Méhecske csoport –, csodás alkotásokkal járultak hozzá a program sikeréhez.

A másik akció a *Keressük értékeinket! – Itthon otthon vagyunk* című témához kapcsolódva a települési értéktárhoz kötődött. Olyan totót tölthettek ki az érdeklődők, amely nemcsak triviális kérdéseket tartalmazott: a megfajtottak bizony nyomozniuk kellett, akár az interneten is, ha helyesen szerettek volna felelni egy-egy kérdésre. Minthogy a ráckeresztúri települési értéktár már harmincöt értéket tartalmaz, amelyből kettő – a barokk Szentháromság-szobor és a világrekorder magyar tarka Augusztus 26 története – a megyei értéktárnak is része, a játékosoknak össze kellett szedniük minden tudásukat és talpraesettségüket. Aki sikerrel vette az akadályt, meglepetés ajándékban részesült.

GÁ



Vagány a vegán

A nagybőjt visszafogott étkezései után húsvétkor ehettünk finom főtt-füstölt sonkát, kolbászt, tojást, talán telítődött is vele a szervezetünk. Végre kifelé megyünk a télből, és bár idén nagyon nehezen akar kitavaszkodni, de a fák virágoznak, a tulipánok is kidugták fejüket, újraéled, kizöldell a határ, az erdő. A test is feltöltődésre, új ízekre, vitamindús, friss ételekre vágyik; a hosszú téli napfény- és mozgásszegény napoknak vége.

Igen ám, de nem mindenki fogyaszt állati eredetű alapanyagokból készült ételeket, különböző okokból. És van, aki időszakosan elhagyja a húsevést, vagy akár teljesen növényi alapú böjtöt tart. Aki nem akar lemondani a húsevésről, de néha szeretne másképp étkezni, annak jó irány lehet régi, megszokott fogások átalakítása új, ritkábban használt hozzávalókkal. Ezeket a vegetáriánus vagy egyenesen vegán fogásokat érdemes beilleszteni a tavaszi menübe, és ki tudja, talán lesz, aki pont így fog életmódot váltani, és elhagyni az állati eredetű táplálékokat.

A legtöbb vegetáriánus, ha máskor nem, gyerekként fogyasztott húsos ételeket. A gyerekkori ízek pedig meghatározóak, keressük, szeretjük őket, akkor is, ha egészen másképp étkezünk felnőttként. Ezért is van, hogy aki nem fogyaszt húst, halat vagy vegánként tejterméket és tojást sem, igyekszik néha olyat készíteni, ami tipikusan húsból, sok tejföllel, tojással készül. Ilyen a rakott krumpli, sokak kedvenc egytálétele. Nálunk a családban van vegetáriánus, barátok között vegán is, ezért sokszor feladják a leckét, mit és hogyan is tudnék „vegánosítani”. A tojás állaga a rakott krumpliban jól helyettesíthető tofival, ami ma már minden nagyobb közértben kapható, a kolbász lecserélhető vegán virslire, ami jellemzően szójából készül vagy gabonakolbászból, aminek még füstölt íze is van, megtevesztésig hasonlít ízben a lángolt kolbászból. A tejföl pedig szintén behelyettesíthető szójajoghurttal, növényi alapú tejföllel, ami állagában és ízében is nagyon emlékeztet a tejföldre. Ez a vegán változat, a vegetáriánus egyszerűen csak elhagyja a húsfélét az ételből.

Másik nagy kedvenc, és roppant könnyen elkészíthető a fasírt, ami a jó főzelékek feltétje. Reszeljük két répát, kisebb fej vöröshagymát, egy gerezd fokhagymát a táliba, mehet bele zabpehely, liszt vagy zsemlemorzsa, petre-

zselyem, só, bors, pirospaprika. Az ízésítés lehet teljesen hagyományos, magyaros, de elvithetjük keleti irányba, attól függően, mihez szánjuk. Krumpifőzelék mellé inkább magyaros, de egy lencse- vagy babfőzelék elbírja a keleti ízeket, mehet bele római kömény, curry fűszerkeverék, apróra vágott koriander. A masszát igyekezzünk nedves kézzel fasírozott nagyságúra formázni, és kevés olajon kisütni. Ha még könnyedebbre szeretnénk, sütőben is kisüthetjük, akkor olajat és kalóriát is spórolunk. Hús állagot legjobban a szójagranulátum, a tofu, a gomba tud adni, amit jól lehet fűszerezni, mert nincs karakteres ízük, viszont nagyon jól felveszik a pácok, fűszerek ízét. A bab, lencse is sokszor kerül például darált hús szerepbe vegán ételekben.

Bolognai spagettit könnyen készíthetünk húsmentes módon, ha darált hús helyett főtt vöröslencsét keverünk a paradicsomos-fűszeres szószba. Babból hamburger lehet, ha egy vörös konzervbabot lecse-

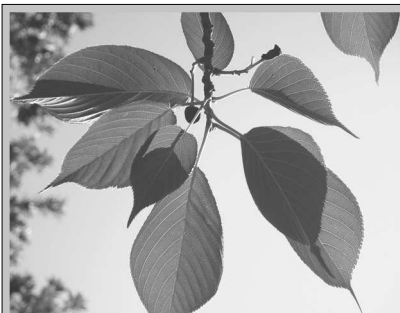


petgetünk, villával összenyomkodjuk, és vörös- és fokhagymával, fűszerekkel, kevés zsemlemorzsával formázzuk a hamburgerpogácsákat, amiket grillezhetünk is. Így kaphatunk a megszokott marhahúsos verzióhoz igazán közeli ízlést. Kettévágunk egy bucit, mehet bele a kedvenc szószunk, kechup, majonéz és paradicsom, hagyma, savanyú uborka. A rántott zöldség mindig jó választás, ha vegetáriánus módon akarunk étkezni, hiszen a gombán kívül nagyon finom rántva a tök, a cukkini, a karfiol, de a zeller, karalábé is, mindezeknek helyük lehet rizibiz, petrezselymes krumpli vagy főzelékféle mellett.

Nem kell megfosztani magunkat az ízek élvezetétől, és nem teszik ezt azok sem, akik a húsmentes életmód mellé tették le a voksukat. Érdemes hetente néhány húsmentes napot tartani, egyrészt az egészségünk érdekében, másrészt a változatos étkezés miatt. Arra természetesen figyelni kell, hogy minden tápanyag bejusson a szervezetbe, ami a hús- és tejtermékekben található, nehogy hiánybetegség alakuljon ki. De kísérletezni érdemes.

Katona Anita

A kép forrása: prove.hu



LEVÉLMUSTRA

Melyik növény levele látható a képen?

Beküldési határidő: 2021. június 5.

E-mail-cím: rackereszturi.hirmondo@gmail.com

A 2021. áprilisi fejtörő megfejtése: *lucfenyő*. Tizenegy hibátlan megfejtés érkezett, a három szerencsés nyertes: **Csáki Bendegúz**, **Rusznay Istvánné**, **Szabóné dr. Kántor Szilvia**. A nyeremény a könyvtárban vehető át, ha majd újra nyitva lesz. Minden megfejtőnek gratulálunk!



AZ ÖN ADÓJÁNAK 1%-A FONTOS NEKÜNK!

Akkor is, ha Ön szerint az csak néhány forint. Ezek a forintok a Martonvásári Önkéntes Tűzoltó Egyesületnél nagyon fontos célokat támogatnak, ezzel segítve önkéntes tűzoltóink áldozatos munkáját.

Kérjük, rendelkezzen a Martonvásári Önkéntes Tűzoltó Egyesület javára adója 1%-ának felajánlásával. Ezt **legkésőbb 2021. május 20-ig** az szja-bevallási formától függetlenül is megteheti.

Kérjük, hogy az alábbi adatokat megadva segítse munkánkat adója 1%-ának felajánlásával.

**MARTONVÁSÁRI ÖNKÉNTES
TŰZOLTÓ EGYESÜLET**

ADÓSZÁMA: 18943344-1-07



MARTONVÁSÁRI TŰZÉP

Építőanyag és Tüzelőanyag forgalmazása.

Iroda: 22 / 461- 772 Mobil: 0620 / 373 9340

Bramac tetőléc, deszka, palló, OSB lap, gipszkarton, cement,
Sóder, homok, murva, téglák, oltott mészkő,
Beton kéményajtó, kémény fedlap,
Homlokzati vakolat, Homlokzati hőszigetelés,
Gipszkarton profilok, élvédő, Beltéri homlokzati festék,
Murexin csemperagasztó, aljzatkiegészítő, bitumenes lemez,
Ásványgyapot táblás 5,10,15 cm, ásványgyapot tekercses 5/10,
Német brikett, keményfa brikett, szén,
Ytong téglák, Ytong ragasztó, áthidalók.



MUREXIN

Leier

YTONG

MAPEI



Nyitvatartás

Hétfő – Péntek: 7:00 – 16:00

Szombat: 7:30 – 11:30

Vasárnap: Zárva

Martonvásár, Szent László út 25.

martonvasartuzep@gmail.com

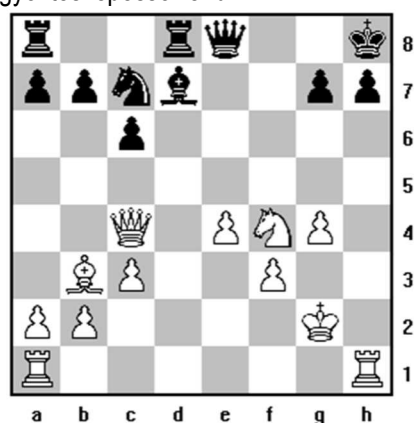
Nepomnjacsij nyerte a világbajnok-jelölti döntőt

SAKK-SAROK

Jekatyerinburgban 2020. március 17-én játszották a nyolc résztvevős, kétkörös világbajnok-jelölti döntő első fordulóját, a viadal utolsó partijait 2021. április 27-én. A résztvevők a három orosz nagymester Jan Nepomnjacsij, Alekszandr Griscsuk, Kirill Alekszejenko, a két kínai Ding Liren, Wang Hao, az amerikai Fabiano Caruana, a francia Maxime Vachier-Lagrave és a holland Anish Giri voltak. A koronavírus-járvány tönkretette az oly nagy érdeklődéssel várt tornát, ugyanis nem tudták befejezni a versenyt tavaly tavasszal az eredeti terveknek megfelelően. A legnagyobb biztonsági intézkedések mellett lejátszott hét forduló után az egyre súlyosbodó járványhelyzet miatt a FIDE elnöke, Arkagyij Dvorkovics a nagymesterekkel való egyeztetést követően félbeszakította a viadalt, az eredményeket nem törölték, később kijelölendő időpontban tervezték folytatni a versenyt.

A torna több mint egy év után folytatódott. 2021. április 19-én indultak újra a sakkórak. Jan Nepomnjacsij a 8. forduló után már egyedül állt az élen. Csak remizett Anish Girivel, de Fabiano Caruana nyert Maxime Vachier-Lagrave ellen. Az orosz nagymester ezt az előnyét meg is tudta őrizni egészen a verseny végéig megelőzve a második Maxime Vachier-Lagrave-t és a harmadik helyezett Anish Girit. A verseny győztese, az orosz Jan Nepomnjacsij tudott legjobban megbirkózni a szokatlan körülményekkel, és győztesként kiharcolta a világbajnoki kihívói jogot. A regnáló világbajnok Magnus Carssennal Dubajban november 24-étől játssza a vb-döntőt.

Folytatódik feladványfejtő játékunk. Kétlépéses mattot keresünk. Ebben a kiélezettnek látszó állásban világos akár kettő lépésben is befejezheti mattadással a játszmat, ha nem sajnálja feláldozni akár a legértékesebb figuráját sem a győzelem érdekében. Mi lenne világos számára a győztes lépéssorrend?



A megoldás beküldhető a martonvalsakk@freemail.hu e-mail-címre. Aki hat alkalommal is helyesen küld be megoldást a feladványokra, Magyar Sakkvilág magazint kap ajándékba, melyet postai úton juttatunk el hozzá. Sakkos képességeink fejlesztéséhez sakkleckék és -feladványok találhatók még az egyesületünk weblapján is, aminek címe: martonvalsakk.hu.

Bakacs János MartonVál SC



Sziklakertek Ráckeresztúron

Az áprilisi Hírmondóban közzétett felhívásunkra ketten is jelentkeztek, s küldtek képeket a házuk közelében kialakított sziklakertjükről. Reméljük, mások is kedvet kapnak, s akár egymástól is elleshetnek ötleteket.

A bal oldali képen Varga Lajosné Mocsonoki Katalin alkotása látható, a lenti és fenti fotográfiát pedig Mádné Fazekas Krisztina juttatta el a szerkesztőségbe. Köszönjük mindkettőjüknek!

Továbbra is várjuk a fotókat, amiket a következő e-mail-címre küldhetnek:

rackereszturi.hirmondo@gmail.com.



RÁCKERESZTÚRI HÍRMONDÓ • Ráckeresztúr Község Önkormányzatának lapja • IX. évfolyam 5. szám

Kiadó: Ráckeresztúr Község Önkormányzat 2465 Ráckeresztúr, Hősök tere 20. Telefon: 06-25/517-900; e-mail: racker.ph@rackeresztur.hu

A kiadásért felel: Dr. Nagy Gábor Telefon: 06-25/517-902

Szerkesztő: Gajdó Ágnes Telefon: 06-20/405-8315; e-mail: gajdoagnes@gmail.com

Szerkesztőség: 2465 Ráckeresztúr, Hősök tere 4. (könyvtár); telefon: 06-25/454-655; e-mail: rackereszturi.hirmondo@gmail.com

Megjelenik 1350 példányban. Nyilvántartásba vételi szám: CE/55570-3/2013

Nyomdai munkák: Walton Promotion Kft., www.waltonpromotion.hu; felelős vezető: Walton Péter