

RÁCKERESZTÚRI HÍRMONDÓ

Ráckeresztúr Község Önkormányzatának lapja

2021. március

Értékeljük értékeinket!

Települési értéktárunk február végén két újabb értékkel gyarapodott: *dr. Németh László* lelkipásztori és közösségépítő tevékenysége és *id. Éber Sándor* festőművész munkássága került be.

Németh atyát nem kell bemutatni az idősebbeknek, a falu legendás alakja volt ő húsz esztendőn keresztül, 1951-től 1971-ig. Sokan azonban talán nem hallottak róla, így lapunkban röviden összefoglaljuk élettörténetét, ráckeresztúri tevékenységét. Fényképeket is közlünk, a címlapon például az 1958-as elsőáldozás néhány szereplője látható, Németh atya mellett *Weinrauch Sarolta (Lottika)*, az iskolaigazgató *Weinrauch Sándor* lánya és *Déczi Mária (Bíró Istvánné)*, aki ma is szeretettel és tisztelettel őrzi a képet s a múlt emlékeit.

Id. Éber Sándor festőművész Ráckeresztúron született 1878. június 6-án *Éber Márton* kántortanító és *Pápay Anna* harmadik gyermekeként. A család később Szekszárdra került. Az Éber család történetéről, id. Éber Sándor festőművészetéről a következő Ráckeresztúri Hírmondóban számolunk be.

Kérjük Olvasóinkat, ha van hozzá kedvük, vegyenek részt az értéktáró és értékőrző munkában.

(Folytatás a 7. oldalon)



Új sportparkot avattak

Interjú Damak Lászlónéval

Mosoly hírek – Farsang és télüzés

Tisztuljunk kívül-belül

Könyvajánló – Babapszichológia

KERESZTÚRI KISOKOS – FONTOS CÍMEK, TELEFONSZÁMOK

Szent Kereszt Gyógyszertár

(Hősök tere 4/5.; ☎25/455-812)

Nyitva: hétfő–péntek 8.00–18.00

Gyógyszertári ügyelet

márc. 13., 14.: Ráckeresztúr

márc. 15., 20., 21.: Ercsi ☎06-25/505-790

márc. 27., 28.: Martonvásár ☎06-22/569-146

ápr. 2., 3., 4.: Ráckeresztúr

ápr. 5., 10., 11.: Ercsi

ápr. 17., 18.: Martonvásár

Egészség ház

(Petőfi Sándor u. 7.; ☎25/455-804)

Háziorvos: Dr. Mihalicza Ingrid

☎06-20/852-0350

Asszisztens: Erdei-Pintér Éva, Németh

Éva

Mindkét körzet közös rendelési ideje december 1-jétől átmenetileg:

Hétfő: 9.00–14.00

Kedd: 9.00–14.00

Szerda: 9.00–14.00

Csütörtök: 9.00–14.00

Péntek: 8.00–12.00

A járványveszély miatt előzetes időpont-egyeztetés szükséges!

Vérvétel (bejárat az udvar felől)

A vérvétel jelenleg szünetel!

Fogorvos – dr. Rózsás Diána

☎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: rack.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@fejemepsz.hu; **Honlap:** www.fejemepsz.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, Gondí 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



SOS

EGY PERC VERS

1848. március 15-ére emlékezve

PETŐFI SÁNDOR:

A szabadsághoz

Oh szabadság, hadd nézzünk szemedbe!
Oly sokáig vártunk rád epedve,
Annyi éjen által, mint kísértet,
Bolygott lelkünk a világban érted.

Kerestünk mi égen-földön téged
Egyetleneg igaz istenséget,
Te vagy örök, a többi mind bálvány,
Mely leroskad, egy ideig állván.

S mégis, mégis számkivetve voltál,
Mint a gyilkos Kain bujdokoltál,
Szent nevedet bitora szögezték,
Érkezésedet hóhérok lesték.

Megszűnt végre hosszú bujdosásod,
Sírba esett, ki neked sírt ásott,
Bevezettünk, s uralkodás végett
Elfoglaltad a királyi széket.

Te vagy a mi törvényes királyunk,
Trónusodnál ünnepeelve állunk,
Körülöttd miljom s miljom fáklya,
Meggyúlt szíveink lobogó lángja.

Oh tekints ránk, főséges szabadság!
Vess reánk egy éltető pillantást,
Hogy erőnk, mely fogy az örömláztól,
Szaporodjék szemed sugarától.

De, szabadság, mért halvány az orcád?
Szenvedésid emléke szállt hozzád?
Vagy nem tettünk még eleget érted?
Koronádat a jövőtől félted?

Ne félj semmit, megvédünk... csak egy szót,
Csak emeld föl, csak mozdítsd meg zászlód,
S lesz sereged ezer és ezernyi,
Kész meghalni vagy diadalt nyerni!

S ha elesnénk egy szálig mindnyájan,
Feljövünk a sírbul éjfél tájban,
S győztes ellenségednek megint kell
Küzdeni... kísértő lelkeinkkel!

Pest, 1848. március 27-e előtt



Tisztelt Olvasók, kedves Ráckeresztúriak!

Szerkesztői levél

Ez a március majdnem olyan, mint az egy évvel ezelőtti, s mégis teljesen más. Akkor minden leállt, bezártak az iskolák, a szórakozóhelyek, az állatkertek, az uszodák, a könyvtárak, s a legtöbb dolgozó megtanulta, mit jelent a „home office” munkavégzés. Most még aggasztóbb adatokat hallunk a koronavírus-járvány terjedéséről, s egyelőre nincs karantén, nincs „maradj otthon!” felhívás.

Gondolataink azonban folyton elkalandoznak, s a világszerte jelen lévő veszélyes kór körül forognak. Holott az aggodalmaskodás, a félelem, a pánik legalább olyan veszélyes lehet, mint maga a vírus.

A történelemben előfordult már jó néhány világijárvány. Elég, ha csak az első világégést követő spanyolnátha-járványra gondolunk, amely több áldozatot követelt, mint az első és a második világháború együttvéve. Hiába igyekeztek karanténnal vagy a hajóutak számának csökkentésével megakadályozni a terjedését, nem sikerült.

Vajon mi vár még ránk ebben az évben? Lassan tizenkét hónapja küzdünk, ki ahogy tud, a megváltozott helyzettel. Viseljük a maszkot, használjuk a kézfertőtlenítőket, bízunk a védőoltás hatékonyságában, de közben mintha elvesztettük volna egymást. A közéletben tapasztalható hangnem egyre durvul, s ez roppant elkeserítő egy olyan helyzetben, mint a mostani. Sokkal nagyobb szükség lenne egymás megnyugtására, pozitív és reménykeltő tettekre, őszinte, bizalommal teli kommunikációra, melyben minden fél kifejtheti az álláspontját, s nem ugrik rá egyik a másikra csak azért, mert nem egyezik a világlátásuk. A véleményalkotás szabadsága az egyik legfontosabb szabadságjog, ugyanakkor az egyik legveszélyesebb is, mert sokan visszaélnek vele. Egy azonban szerintem bizonyos: ha nem mondhatjuk el, mit gondolunk, nem vagyunk szabadok, s akkor nem érdemes élnünk. Akkor már nem „emberi elmék” vagyunk. Gondoljunk csak *Petőfi*-re vagy *József Attilára*, akit idén januári szerkesztői levélben idéztem, s most ismét tőle hozok egy igen megfontolandó gondolatot, mely a költő *Ars poetica* című versében olvasható: „*Én túllépek e mai kocsmán, / az értelemig és tovább! / Szabad ésszel nem adom ocsmány / módon a szolgálta ostobát. // Ebess, ihass, ölelhess, albass! / A mindenséggel mérd magad! / Szízszege se szolgálók aljas, / nyomorító hatalmakat.*”

Ahogy tették ezt eleink közül sokan. Példaértékű életük nem múlhat el nyomtalanul. Miként a címlapon is olvashatták, a 2021-es év duplán is *dr. Németh László* atyáról szól, hiszen hetven esztendővel ezelőtt, 1951 nyarán érkezett Ráckeresztúrra, s ötven éve távozott a községből, amikor Budakeszire került. Nevezhetnénk akár Németh László-évnek is, ami előttünk áll, ám mindeképpen szeretnénk méltóképpen emlékezni az esperes-plébános példamutató tetteire, lelkipásztori és közösségépítő tevékenységére. Bízom benne, sikerül.

Gajdó Ágnes

Tájékoztató a szelektív hulladékgyűjtésről

A kétedényes hulladékgyűjtési rendszer bevezetése után közszolgáltatója a házhoz menő szelektív gyűjtést az alábbiak szerint végzi az Önök településén.

Műanyag-, fém- és papír csomagolási hulladék gyűjtése

Az új edényben kizárólag az alább felsorolt hulladékokat szíveskedjen gyűjteni:

műanyag üdítő, ásványvizet (PET) palackok, műanyag zacskó, fólia, reklám táskák, PP, HDPE jelzésű flakonok LAPOSRA TAPOSVA.

papír (pl. újságpapír, szórólap, irodai papírhulladék, tiszta csomagolópapír)

Tetra-Pak italoskarton-dobozok (laposra taposva)

fém (alumíniumos italos doboz, alufólia, fém konzerves doboz)

A műanyag és fém palackokat, flakonokat, többretegű italos kartondobozokat kiöblítve, kupak nélkül, kilapítva rakják a gyűjtőbe, így kevesebb helyet igényel!

Kérjük, ne tegyen bele gyermekjátékot, műanyag vödört, polisztirolt, nem újrahasznosítható műanyagból készült tárgyakat és kommunális hulladékot.

Papírhulladék gyűjtése kötegelve:

Kérjük, hogy az alábbi papírhulladékokat összehajtogatva és összekötözve az **edény mellé** helyezze el, olyan módon, hogy az a forgalmat ne zavarja és ne szóródhasson szét!

újságpapír, prospektus, irodai papírok, géppapír, papírzacskó, kartondoboz

A műanyag-, fém- és a papírhulladék gyűjtése egy időben történik!

Az elkülönítetten gyűjtött csomagolási hulladék ne legyen olajos, zsíros vagy egyéb élelmiszerral szennyezett!

A műanyag-, fém- és papírhulladék elszállítása továbbra is ingyenes és nincs mennyiségi korlátja.

Az ingatlanhasználó a szelektív hulladék gyűjtésére szolgáló edényzet átvételével tudomásul veszi az alábbiakat:

1. Az Ingatlanhasználó személyének változása esetén az Ingatlanhasználó köteles az új igénybevevő adatainak bejelentésével egyidejűleg a változást közölni a Közszolgáltatóval. A szelektív gyűjtőedény az új Ingatlanhasználót illeti meg.
2. Ingatlanhasználó az edényzetet köteles a károsodástól megóvni, a jó gazda gondosságával kezelni. Az edényzet rendeltetésellenes használatából adódó károkért, valamint az edényzet elvesztéséért, megsemmisüléséért az Ingatlanhasználó kártérítési felelősséggel tartozik.
3. Ingatlanhasználó az edény átvételével kötelezi magát arra, hogy azt csak szelektív hulladékgyűjtésre használja, és gyűjtési napokon ürítésre kihelyezi reggel 6 óráig.

A gyűjtőedény a Közép-Duna Vidéke Hulladékgazdálkodási Önkormányzati Társulás tulajdonát és a VERTIKÁL Nonprofit Zrt. mint Közszolgáltató bérleményét képezi.

Együttműködésüket ezúton is köszönjük!

Közép-Duna Vidéke Hulladékgazdálkodási Önkormányzati Társulás, VERTIKÁL Nonprofit Zrt.

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

	január	február	március	április	május	június	július	augusztus	szeptember	október	november	december
kommunális hulladék	7., 14., 21., 28.	4., 11., 18., 25.	4., 11., 18., 25.	1., 8., 15., 22., 29.	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	5., 19.	–	–	27.	25.	22.	20.	17.	28.	26.	23.	–
újrahasznosítható	6., 20.	3., 17.	3., 17., 31.	14., 28.	12., 26.	9., 23.	7., 21.	4., 18.	1., 15., 29.	13., 27.	10., 24.	8., 22.

Friss hírek, információk: www.rackeresztur.hu

Facebook: Ráckeresztúr Község Önkormányzat hivatalos oldala

Új sportparkot avattak

A Magyar Falu program keretében elnyert 5,6 milliónyi forint támogatásnak köszönhetően új szabadtéri sportolási lehetőség nyílt Ráckeresztúron. A megnyitón jelen volt Tessely Zoltán, a térség országgyűlési képviselője is.

A február 12-én felavatott létesítmény a Kölcsey utca elején található, alapterülete 40 m², ütőcsillapító gumiburkolattal. Az eszközök telepítését a Beruházási, Műszaki Fejlesztési, Sportüzemeltetési és Közbeszerzési Zrt. valósította meg. A sportszereken húzózkodást, tolózkodást, fekvőtámaszt, hasizom- és hátizom-erősítést lehet végezni.

Dr. Szentés-Mabda Katalin Dóra polgármester köszöntőjében elmondta, hogy régi vágya volt a település lakóinak egy kültéri sportpark, ahol főként a fiatalok tehetnek többet egészségük megőrzéséért, hiszen egyre népszerűbbek ezek a mozgásformák, s egy ilyen park hozzájárul a szabadidő tartalmas eltöltéséhez is.

Tessely Zoltán kitért arra, hogy a Magyar Falu programban Ráckeresztúr többször szerepelt sikerrel mintegy hatvanmillió forint értékben: az orvosi rendelő energetikai felújítása már megtörtént, két óvodai pályázat is sikeres volt, az egyik eszközbeszerzés, a másik energetikai felújítás (ennek megvalósítása még folyamatban van), és a temetőre is nyertek már pénzt. A sportpark a heti rendszerességgel végzett testmozgást is elősegíti.

A tervek szerint a park a jövőben játszótéri eszközökkel is bővíthető lesz, és tavasszal járdát készítenek a sportpark mellett a biztonságos közlekedés érdekében. (Fotó: Pesti Tamás/FMH)



Dr. Szentés-Mabda Katalin Dóra polgármester és Tessely Zoltán országgyűlési képviselő adta át a sportparkot



Lakossági tájékoztató a COVID-19 vakcinációról

Természetesen Ráckeresztúron is megkezdük a lakosság oltását a COVID-19 fertőzés ellen.

Mindenki, aki eddig akár levélben, akár az internetes portálon regisztrált, felkerült az oltási listára.

Attól függően, hogy az adott héten az oltási munkacsoport milyen vakcinát biztosít számunkra, személyesen értesítjük azokat a betegeket, akik korukat és egészségügyi állapotukat figyelembe véve megkaphatják az adott védőoltást.

A telefonos értesítésig szíves türelmüket kérjük!

A vakcinainfo.gov.hu weboldalon még mindig folyamatosan lehet regisztrálni a védőoltásra.

A vakcina minél szélesebb körű alkalmazása, a társadalom nagyfokú beoltottsága esetén van esélyünk visszatérni a normális kerékvágásba. Kérem Önöket, hogy saját egészségi állapotukat figyelembe véve, éljenek a vakcináció lehetőségével.

Dr. Mihalicza Ingrid
házi orvos

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!

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

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



A PROGRAG-AGRÁRCENTRUM Kft. Holstein Fríz tejelő szarvasmarha tenyésztéssel, tejtermeléssel és tejfeldolgozással foglalkozik, megközelítően 1300 db tehénlétszámmal, napi 38 000 liter tejtermeléssel. A telepen végzett nagyszabású beruházásnak és korszerűsítéseknek, valamint folyamatos szakmai fejlődésnek is köszönhetően újabb munkavállalók foglalkoztatására merült fel igény. Ezért a megnövekedett feladatok ellátására

ÁLLATTENYÉSZTÉSI RAKODÓGÉP KEZELŐ,
BORJÚGONDOZÓ, ELLETŐ,
UDVAROS, TELEPI MUNKATÁRS
munkakörökbe felvételt hirdetünk

Amit nyújtunk:

- versenyképes fizetés
- munkába járás költségétérítése a törvényi előírásoknak megfelelően
- szállás szükség esetén

Jelentkezését fényképes önéletrajzzal és a fizetési igény megjelölésével 2021. március 31-ig a bodo.agoston@martontej.hu e-mail-címre vagy a Prograg-Agrárcentrum Kft. 2462 Martonvásár, Pf.: 34 címre küldheti. Kérjük, az e-mail tárgy mezőjében vagy a borítékon tüntesse fel a munkakör megnevezését! Érdeklődni 8-tól 16 óráig a +36 (30) 260-0161-estelefonszámon lehet!

„Tájékoztatom, hogy a jelentkezés során megadott személyes adatokat cégünk az új munkavállaló kiválasztása céljából kezeli. Felhívom szíves figyelmét, hogy a jelentkezéssel hozzájárul adatai kezeléséhez.”

FELHÍVÁS

Értékeljük értékeinket!

Kedves Olvasóink!

Akinek van a birtokában olyan fénykép, amelyen *dr. Németh László* atya is látható, kérjük, ossza meg velünk. S ha történetet is fűznek hozzá, még inkább örülünk. Szeretnénk majd kiállítással is emlékezni rá a nyáron, amennyiben elegendő anyag összegyűlik.

Kérjük, a beszkenelt képeket (legalább 300 dpi, jpg formátum) és az esetleges történeteket a következő e-mail-címre küldjék:

gajdoagnes@gmail.com

Bővebb információ a 20/405-8315-ös telefonszámon kérhető.

Köszönjük segítségüket!

Ráckeresztúri Települési Értéktár Bizottság

SZAMURÁJ 07 KFT. AKCIÓK

TÁVFELÜGYELETI
SZOLGÁLTATÁS
2000 forinttól!

AKCIÓS
ESZKÖZCSOMAGOK
SZERELÉSSEL
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



Értékeljük értékeinket!

(Folytatás az 1. oldalról)

Dr. Németh László atya 1951. július 16-án került Ráckeresztúrra, s kerek húsz esztendőn át szolgált a településen. A hívek szerették és tisztelték. A legsötétebb Rákosi-érában is megtelt a templom, amikor ő prédikált. Szinte nem volt olyan gyerek a faluban, aki ne lett volna elsőáldozó, s ne bér mátkozott volna. Minden évben nagy esemény volt az úrnapi körmenet, a húsvéti passiójáték vagy a búzaszentelés. Mozgalmas egyházközségi élet folyt a faluban.

Visszaemlékezések szerint az atya megszervezte, hogy mindig legyen két ministráns a szentmisén. A fiúk be voltak osztva. Sokat foglalkozott, beszélgetett velük. Búcsújárást szervezett az ercsi kegytemplomba, ahol a gyerekek misztériumjátékot mutattak be. Németh atya vasárnaponként reverendában sétált a falu főutcáján, beszélgetett a falubeli férfiakkal, asszonyokkal.

Mózesy Gergely püspöki levéltáros, egyháztörténész úgy véli, Németh atya „egy olyan papi generáció tipikus alakja volt, aki más időben talán többre is vihette volna. (...) Jelleme szerint Németh László képtelen lett volna afféle alakoskodásra és kompromisszumokra, amivel a hatalom kedvét elnyerhette volna.”

Az atya életrajzához a következők is hozzátartoznak: Egyeden, egy kis rábaközi faluban látta meg a napvilágot 1917. január 30-án. Már gyerekkorában pap akart lenni.

Budapesten, a központi szemináriumban készült hivatására, doktori fokozatot szerzett. 1940. június 16-án szentelték pappá Székesfehérváron, majd a megyeszékhelyen, Remetékertvárosban lett káplán. A II. világháború idején, 1942–43-ban ösztöndíjjal Rómában folytatott tanulmányokat. Hazatérése után Székesfehérváron előbb püspöki udvari káplán, püspöki titkár, majd helyettes püspöki irodaigazgató. *Shvoy Lajos* megyés püspök mellett tevékenykedett 1951-ig. 1947-ben pápai kápláni kitüntetést kapott.

Ugyanebben az évben, 1947. március 5-én letartóztatták, azzal vádolva, hogy részt vett az ún. „Magyar Község” összeesküvésében. A politikai rendőrség pesti székházába, a hírhedt Andrassy út 60.-ba került, majd a Markó utcai fogházban raboskodott. Később megaláztatásáról keveset beszélt. Németh László fél évet töltött vizsgálati fogságban. A perben ugyanennyi időt mértek rá büntetésként. Évek múlva is többször zaklatták, házkutatást tartottak nála.

A sokat szenvedett pap 1971-ben Budakeszire került, s harminc évig vezette az ottani egyházközséget. Nevéhez fűződik a budakeszi nyolcosztályos gimnázium megalapítása. Minden energiáját, személyes vagyonát is erre a célra fordította.

A ráckeresztúriak ma is nagy tisztelettel őrzik dr. Németh László emlékét. Az atya szívéen viselte a templom állapotát is, amikor lehetősége nyílt, dr. Kapócs Ferentől kért és kapott a felújításhoz segítséget. Nemcsak hitoktatói, hanem közösségteremtő tevékenysége is jelentős – a helyiek annyira ragaszkodtak László atyához, hogy később is tartották vele a kapcsolatot. Mindenképpen méltó arra, hogy bekerüljön a települési értéktárba, s jó lenne, ha a jövőben emléktáblát is avathatnánk a tiszteletére.

Gajdó Ágnes

ÉRTÉKMÉRŐ



Jön a tavasz! – és vele együtt a gólyák is

Interjú Damak Lászlónéval

A tavasz közeledtével a legtöbben már az enyhülő időre, a lágy meleg napsütésre áhítoznak, ám egyáltalán nem biztos, hogy ez az évszak elején rögtön meg is adatik számunkra. Segítségünkre lehetnek azok a madarak, amelyek az időjárás változásaira jóval érzékenyebbek, így megjósolhatjuk, mikor ér el minket igazán a felmelegedés. A gólyák vonulásából



ugyan nem lehet messzemenő következtetéseket levonni, de a néphagyománynak köszönhetően a köztudatban még mindig a tavasz és a jó idő hírnökeiként jelennek meg, ezért várjuk évről évre

egyre többen a hazatérésüket. A többségük azonban szerencsére március folyamán érkezik, és tömegével foglalják el fészkeiket.

Magyarországra általában február végén kezdenek visszatérni a gólyák Afrikából. Idén a szokottnál jóval korábban, január 18-án érkezett meg az első gólya a Békés megyei Elekre. A szinte minden évben elsőként hazatérő *Suri* (aki idén csak másodikként tért haza) rá jellemző módon, február közepén érkezett meg a szombathelyi járásban található Vassurányba. A Vas megyei madár valóságos sztár, hiszen van saját Facebook-oldala, illetve a televízióban is beszámoltak hazatéréséről.

A Ráckeresztúron fészkelő Timi és Misi hazatéréséről beszélgettem Damak Lászlónéval (Kativál), aki azt is elmesélte hogyan került közel hozzájuk, illetve számos érdekességet a gólyákról.

Horváth Benjámin: Hogyan kerültél kapcsolatba a gólyákkal?

Damak Lászlóné: Kristálytisztán nem emlékszem, hogy pontosan mikor, de valamikor 2007-ben az interneten belebotlottam a darányi általános iskolába, amit tavasszal akartak felújítani. Az iskola igazgatója, *Cseresznyés Géza* „Cserkő” májusban leállította az építkezést, mert az év elején egy gólyapár (Chuck és Ludmilla) költözött az iskola tetejére, és már elkezdődött a költési időszak, amit nem szeretett volna megzavarni. Miután elolvastam az erről szóló cikket, felkerestem az iskola honlapját, ahol webkamerán keresztül kezdtem figyelni a két gólyát. Abban az időszakban elég sokan felfigyeltek rájuk, és rengeteg hozzászólás érkezett az iskola honlapjának vendégkönyvébe, ami miatt úgy

döntött a weblap készítője, hogy indít egy fórumot „Gólyalesők” néven.

H. B.: Tudsz nekem mesélni a Gólyalesők fórumáról?

D. L.: A fórum neve Grafomán gólyalesők lett. Kezdetben csak páran voltunk, de az egyre nagyobb népszerűségnek örvendő gólyáknak köszönhetően a gólyalesők tábora hatalmas lett. Az idő múlásával pedig egyre több fészek lett bekamerázva, aminek köszönhetően tudtuk őket figyelni, tanulmányozni, és segíteni nekik, ha bármi bajuk esne. Igaz, ma már nem vagyunk olyan sokan, mert a Facebook rengeteg embert elvett, de a mai napig él ez a fórum.

H. B.: A fórumon kívül is tartottátok egymással a kapcsolatot? Voltak közös programjaitok az évek során?

D. L.: Hogyne! Az első nagyobb találkozásunk 2007-ben Darányban volt egy gólyagyűrűzésen, amit Cserkő szervezett meg. Körülbelül nyolcan-tízen lehettünk. Az elején még azt se tudtuk, hogy esszük vagy isszuk a gólyagyűrűzést, de fantasztikus élmény volt. Ezenkívül voltunk Nagybajomban is, ahol majdnem minden vilányoszlopon van egy fészek. (Érdekesség: 1996-ban Nagybajom kapta meg az „Európai Gólyatelepülés” címet az EuroNatur elnevezésű természetvédelmi szervezettől.) De több városba, faluba elmentünk már megnézni a helyi gólyákat.

H. B.: Mi, átlagos emberek nem sok mindent tudunk a gólyákról, de te már több mint tíz éve figyeled és tanulmányozod őket. Milyen érdekességeket tudnál mesélni róluk? Például náluk milyen a költési időszak?



D. L.: Általában páratlan számú tojást szokott tojni a tojó, de nem mindegyiket tudják felnevelni. Nem szeretek róla nagyon beszélni, mert borzasztó ezt látni, de muszáj szelektálniuk a szülőknek. Legtöbbször a leggyengébb gólyát megeszik vagy kidobják a fészekből. Vannak szerencsésebb kis gólyák, amelyeket élve dobna ki a fészekből, így a május–június általában az ilyen kidobott gólyák megmentésével zajlik. Tavaly például Timi az öt fiókából egyet kidobott, míg a legkisebbet megette. Az ilyenek miatt azonban nem lehet elítélni a gólyaszülőket, mert annak sincsen sok értelme, hogy gyenge gyerekeket neveljenek fel. ➡

☉ **H. B.: Mennyi gólyafészek van ma bekamerázva Magyarországon?**

D. L.: Hajszálpontosan nem tudom megmondani, de nyolc-tíz körül lehet a bekamerázott gólyafészkek száma hazánkban. Az első gólyafészket Darányban kamerázták be, majd Nagyhalászon és Zalaistvándon lett ilyen gólyafészkek. A támogatásomnak köszönhetően a ráckeresztúri fészkek 2014-ben lett kiépítve. Az utóbbi pár évben azonban a madártani intézet rengeteg kamerát leállítatott, azzal a céllal, hogy az emberek ne avatkozzanak bele a gólyák életébe. Nekem ez nagyon rosszul esett, hiszen bármi bajuk esik a fiókáknak vagy a szülőknél, nem tudjuk őket megmenteni, mert nem látjuk, mi történik.

H. B.: Sajnálatos ezt hallani, hiszen a gólya egy nagyon szerethető madárfajta. Ez is közrejátszhat abban, hogy ma már kevesebb gólya él Magyarországon, valamint a világon?

D. L.: Azt el kell ismerni, hogy Magyarországon egyre kevesebb gólya van, hiszen már csak 3900–4200 pár fehér gólya él nálunk, míg fekete gólyából körülbelül 380–420 pár. Sajnos a fiatal gólyák körülbelül nyolcvan százaléka elpusztul vonulás közben. A legtöbb esetben



szigetetlen villanyoszlopok okozzák a legtöbb problémát az útjuk során, ezért is olyan veszélyes a vonulás mind a fiatal, mind az idősebb gólyák számára.

H. B.: Mióta fészkel nálunk Timi és Misi, illetve hol telelnek a mi gólyáink?

D. L.: 2014-ben jött a fészkekbe egy fiatal gólyapár, de akkor még nem volt költés. 2015-ben visszatértek, de egy fészekharcban Miki és Misi megharcolt egymással, s Misi nyert. Szóval 2021-ben lesz hat éve, hogy Timi és Misi évről évre visszatér hozzánk. A másik kérdésre válaszolva, úgy gondolom, hogy Csád környékén telelhet Misi és Timi, mivel elég későn jönnek haza. Persze ez nem száz százalék, mert az is előfordulhat, hogy Dél-Afrikáig repülnek.

H. B.: Hogyan tudnak megtenni a gólyák ilyen hosszú utakat?

D. L.: A hosszú út során a kajtár gólyák szokták vezetni a kis gólyákat Afrikába. Azokat a gólyákat nevezik így, amelyek még nem ivarérettek vagy nincsen párjuk. Az utazások során kiváló termikeket keresnek, mert ha megfelelő légáramlatban repülnek, akkor képesek akár több kilométert is megtenni szárnycsapkodás nélkül. Afrikába menet általában többször megpihennek a fiatal gólyák miatt, de rossz időben sem utaznak tovább.



H. B.: Hogyan zajlik a gólyák gyűrűzése, és miért fontos ez?

D. L.: A gyűrűzés azért is fontos, mert ennek segítségével nyomon követhetjük a gólyák életét, és többet tudhatunk meg róluk a későbbiekben. Nálunk a gyűrűzést az MME (Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület) végzi. Munkatársaik daru segítségével kivesszik a négy-öt hetes fiókákat a fészkekből, majd a földön jelölő gyűrűt helyeznek rájuk. Azt hozzá kell tenni, hogy ez nem olyan jó érzés a kis gólyáknak, ilyenkor általában tetszhalott állapotba helyezik magukat. Minden évben meg lehet tekinteni a gyűrűzést az érdeklődőknek, illetve az óvodások örömeire meg is lehet őket simogatni.

H. B.: Úgy tudom, tavaly nem ment zökkenőmentesen Misi és Timi hazatérése Keresztúrra. Idén mikorra várhatjuk érkezésüket?

D. L.: Igen, tavaly később jöttek a megszokottnál, lehet elkaptak valami rossz időt, és megpihentek valahol. Misi tavaly április 4-én érkezett meg, Timi pedig két napra rá. Elsőként mindig a hím gólya érkezik meg a fészekbe, hogy mire jön a nőstény gólya, a fészkek szép, költéshez megfelelő állapotban legyen. Idén március végére várhatjuk őket.

Horváth Benjámin

(Képek: Damak Lászlóné, golyaforum.hu)

**GYÚJTSÜK ÖSSZE ÉRTÉKEINKET!
Tisztelt Ráckeresztúriak!**

Települési értéktárunkban jelenleg harmincöt érték szerepel, köztük például a gólyáink, a délután három órai harangszó, a sibálás népszokás, a világrekorder magyar tarka Augusztus 26 története vagy a több mint 240 esztendő Szentháromság-szobor. Utóbbi kettő 2020-ban a Fejér megyei értékek közé is bekerült.

Kérjük, javasoljanak értékeket, hogy közösen bővítsük a Ráckeresztúri Települési Értéktárat.

Minden érték, amit a közösség tagjai annak tartanak. Várjuk ötleteiket, javaslatukat – írásban vagy akár szóban!

A javaslattevő űrlap letölthető a település honlapjáról: <http://rackeresztur.hu/rackereszturi-telepulesi-ertektar>.

Bereznai Istvánné

a Ráckeresztúri Települési Értéktár Bizottság elnöke

Az előző évekhez hasonlóan
idén is vállaljuk
Ráckeresztúr településen

**KONTÉNEREK
SZÁLLÍTÁSÁT**
(építési törmelék, lomhulladék)

és

**ÉPÍTŐANYAGOK
TEHERFUVAROZÁSÁT.**

PIDÓ KFT.
2451 Ercsi, Bajcsy-Zs. u. 82.

06-30/9342-131



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, vése 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

Hétvégén és ünnepnapokon is!

Nincs kiszállási díj!

Telefon: 06-70/303-6003

**MASSZÁZS, KÉZ- és LÁBÁPOLÁS,
PEDIKÚR**

Svéd masszázis állapotfelméréssel – 60 perc,
Reuma, hát- és talpmasszázs – 40 perc,
Talpreflexológia – 30 perc

Az árak 3000 és 4000 Ft között vannak.

Kéz- és lábápolás: 1500-2000 Ft

HÁZHOZ MEGYEK.

Hívjon bizalommal!

Telefon: 06-70/299-0577

MOSOLY HÍREK**Farsang és télűzés**

Február 1. Az idei nevelési évben az intézményünkben két kolléganő sikeresen részt vett az Iskolakerti Alapozó Alprogram Kezdő Óvodakert továbbképzésen. A kollégák sokat tanultak, ezzel a programmal nemcsak tudásunk, hanem kerti eszközeink is bővíthettek, így a környezettudatosság erősödik a gyerekekben. Terveinkben szerepel ennek a programnak a magasabb szintre emelése.



Február 5. Ebben az évben rendhagyó módon tartottuk meg a farsangunkat. Mindez nem szegte kedvünket, jelmezbemutatóval, táncversennyel színesítettük mulatságunkat. A szülők sok-sok finom falattal járultak hozzá rendezvényünkhöz. Az óvoda csoportjai a farsangot szebbnél szebb alkotásokkal várták, amit a faliújságon a szülők is megtekinthettek.

Február 16. A Szerencsejáték Service Nonprofit. Kft.-nél pályáztunk óvodánk digitális eszközeinek fejlesztésére, erre a pályázatunkra sikeresen 300 000 forint pénzeszeget nyertünk, amit hálásan köszönünk. Ezáltal informatikai eszközeink bővültek, ami megkönnyíti óvodapedagógusaink munkáját, a szülőkkel való kapcsolattartásunkat, ezenkívül pályázati lehetőségek keresése is alkalmas. A gyerekek tudását bővítjük az eszköz használatával.

Hálásan köszönjük *Fodor Norbertnek*, aki községünk lakója, a társasjátékok és mesekönyvek felajánlását, amit az óvoda gyermekei nagy örömmel fogadtak.



Február 25. Kiszabábegetés télűzéshez, a tavasz eljövételének ünnepéhez.

Gáborné Kutasi Katalin óvodavezető

Kertészkednek, komposztálnak

A ráckeresztúri óvoda udvara, kertje egyre tudatosabb tervek szerint alakul. Az intézmény ugyanis csatlakozott az Országos Iskolakert-fejlesztési Programhoz, mely tavaly óvodakertek kialakítására is hirdett pályázatot.

Gáborné Kutasi Katalin óvodavezető elmondta, fontosnak tartják a környezeti nevelést, s minthogy már évek óta foglalkoznak komposztálással, esővízgyűjtéssel, kiskertek kialakításával, nem volt kérdés, hogy részt vesznek a programban. A pályázaton háromszázezer forint értékben kaptak magokat, szerszámokat, nagytőkeket, s egy kollégájával együtt részt vettek egy harminccórás továbbképzésen, melyet a vírushelyzet miatt online tartottak.

A továbbképzésen elméleti és gyakorlati ismereteket egyaránt elsajátítottak, például a gyógy- és fűszernövények termesztéséről, a növénytársulásokról, a helyes komposztálásról, a szakszerű kerttervezésről. Nyáron az Iskolakertért Alapítványtól mentor érkezett az óvodába, aki számos tanácsot adott az óvodakert kialakításához, s beszélt arról is, mely növények ültetését nem ajánlják, például amelyek allergiás reakciókat válthatnak ki. A tanfolyamon részt vett *Baki Mónika* óvodapedagógus is, aki lelkesen mesélt a tervekről: „Évek óta veteményezünk a gyerekekkel, igyekszünk bevezetni őket a kertészkedés rejtelmeibe. Ez a program szakmai háttérrel ad mindehhez, így tudatosabban figyelünk arra, mit hova ültetünk, hogyan használjuk fel a betakarított termést. Terveink megvalósulásához sok segítséget kapunk a szülőktől és önkéntes segítőtől is.”

Gáborné Kutasi Katalin hangsúlyozta, hogy a természet körforgásával szeretnék megismertetni a gyerekeket. Ha babot csíráztatnak, azt utána elültetik a kertben, gondozzák, majd a termést felhasználják például salátának. A levendulát megszáritják, s illatszákókat készítenek, ami kiváló ajándék lehet. A pályázaton kapott nagytőkkel a rovarokat vehetik szemügyre a gyerekek. Minél több foglalkozást szeretnének a szabadban tartani, s a kicsiket még inkább bevonni a növények gondozásába. A jövőben szeretnének az óvoda hátsó udvarán madár-tanösvényt létrehozni, ahol a gyerekek a településen élő, fészkelő szárnyas jószágokat tanulmányozhatnák. Továbbra is odafigyelnek az újrahasznosításra, a fenntartható fejlődésre, s idővel szeretnének eljutni odáig, hogy akár mentoróvodaként segítsenek más óvodáknak.

GÁ

(Az írás szerkesztett változata megjelent a Fejér Megyei Hírlap 2021. február 22-i számában.)





Tisztuljunk kívül-belül

A hamvazószerdától húsvétvasárnapig tartó időszakot hívjuk nagyböjtnek, ami a testi és lelki megtisztulás ideje is. A farsang zajos ünneplése és a nagy dínomdánom után a befelé fordulás, elcsendesedés, méregtelenítés következik – a táplálkozási regulák is ebben segítenek.

Test és lélek együtt tisztul, szabadul mérgektől, rossz gondolatoktól. A nagyböjt ugyan elsősorban a katolikus egyház előírása a hívek számára, ám vallástól, világnézettől függetlenül érdemes böjtöt tartani. Itt a tél vége, amikor jellemzően nehezebb, zsírosabb, kalóriadúsabb ételeket készítünk, hiszen ezt kívánja a szervezetünk. A friss zöldségekre, gyümölcsökre ugyan még várni kell, de addig is elkezdhetjük a tavaszi takarítást, kívül-belül.

A böjt a nyugati kereszténység korábbi századaiban a hústól, zsírtól és egyéb állati termékektől való tartózkodást jelentette, csak kenyeret, sót, vizet, halat, esetleg hüvelyeseket vízben főzve volt szabad fogyasztani, azt is csak naponta egyszer. Ekkor nem zsírral, hanem olajjal főztek, sok helyen a böjtös ételeknek külön edényeket használtak. A zsíros edényeket hamvazószerdán elmosták, elrakták, és csak húsvétkor vették elő őket. A füstölt húst, sonkát, szalonnát alaposan eldugták, nehogy valaki kísértésbe essen, a kamra kulcsát a kútba dobták – persze csak jelképesen –, és legközelebb húsvétkor vették elő, hogy hús is kerüljön az ünnepi asztalra.

A böjt szigora az évszázadok során sokat enyhült, igazodott az életformák alakulásához, gyorsulásához a megvonások hossza és milyensége is. Mára már a katolikus egyház csak a hamvazószerdát, a nagypénteket és a nagyszombat deléig terjedő időt tekinti szigorú böjtnek. Mégis mit ettek elődeink ezekben az időkben? Egyszerű, gyorsan elkészülő és nem túl laktató ételeket. Ilyen a mákos csík, azaz a metéltre vágott tészta, cukrozott mákkal, esetleg szilvalekvárral gazdagítva. A fekete mák is a gyászt, a Jézusra való emlékeztést szimbolizálja. A cibereleves jellemzője az erjesztett gabonaleves, aminek alapanyaga a korpá, ami forró vízzel felöntve pár nap alatt savanyúvá erjedt. Főzéshez a leszűrt levet használták, azzal öntötték fel a levest. Krumpliból, babból, lencséből is készülhetett az alap, erre öntötték a savanykás ciberelevet. Érdekes, különleges édes-savanyú összeállítás az aszalt szilvával vagy aszalt körtével főtt száraz bab tejföl-

lel habart leve. A leves általában is jó választás, ha egészségesebben akarunk étkezni. Sok zöldséget és rengeteg folyadékot is beviszünk a szervezetünkbe, miközben eltelt, jóllakottság érzetét kelti elfogyasztása. Ma már a fagyasztott zöldségek korában vagy akár a friss zöldségekkel sokkal változatosabbá és vitamindúsabbá tehetjük ebben az időszakban is az étkezésünket, de érdemes odafigyelni ilyenkor is arra, hogy túl sok tejtemékkel vagy fehér lisztes péksüteménnyel ne tömjük magunkat és a gyerekeket, hiszen tényleg jótékony hatású, ha könnyebb ételeket fogyasztunk, és energiákat szabadítunk fel, amire nagy szükségünk van a mindennapok teendőihez. Ne az emésztésre pazaroljuk.

Megtehetjük, hogy a kedves ételeinket most megpróbáljuk hús nélkül, más módon elkészíteni, például ha a rakott kel darált húsrétegét gombás raguval készítjük, máris böjti menüt kapunk. A különböző főzeléktípusok is sűrítethetők önmagukkal, rövidebb lével főzve, és a felét leturmixolva elkerüljük a liszt-rántást.



Nálunk családi hagyomány a tavaszt tojásos nokedlivel köszönteni. Talán meglepő, de Aggtelekről származó férjem nem ismerte ezt az ételt, mert a jellegzetes szlovák krumplis galuska, a sztrapacska készül gyakran arrafelé, juhtúrósan vagy káposztával. A recept nagyon egyszerű, hiszen a kész nokedlit leszűrjük, és mivel böjtösen készítjük, most a pirított szalonnakockák elmaradnak, helyette kevés olajon forgatjuk át a tésztát. A felforrósított edényben már benne van a nokedli, erre csorgatjuk a felvert egész tojásokat, és gyors, határozott mozdulatokkal eloszlatjuk, rásütjük a tojást. Van, aki nem szereti jól átsütve, azoknak elég, ha a forró kifőtt tészta hője éri a yers tojásokat. Szigorúan fejes salátával, ecetes-cukros öntettel tálaljuk. Jó tavaszi megújulást!

Katona Anita

A kép forrása: *mindmegette.hu*



LEVÉLMUSTRA

Melyik növény levele látható a képen?

Beküldési határidő: 2021. április 5.

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

A 2021. februári fejtörő megfejtése: *füge*. Tizennégy hibátlan megfejtés érkezett, a három szerencsés nyertes: **Sinka Ferencné, Szabó Zsoltné, Szemlerné Kovács Erika**. A nyeremény a könyvtárban vehető át, ha majd újra nyitva lesz. Minden megfejtőnek gratulálunk!

Nyelvi játékok az anyanyelv nemzetközi napja alkalmából

Három játékos nyert meglepetés ajándékot – *Baki Bálintné, Mikó-Baráthné Rác Ágnes, Mikó-Baráth István* –, amit majd a könyvtárban vehetnek át, ha újra nyitva leszünk. Gratulálunk, s mindenkinek köszönjük a játékot!

A feladatlap helyes megfejtése a következő:

1.
A) vár; B) olvasó; C) futó
2.
A) TÉT; B) SÉ; C) ALAP; D) FÜLE
3.
A) TIVADAR; B) LÓRÁNT; C) MÁRTA; D) GERGŐ;
E) ZÉTÉNY; F) OTÍLIA
4.
A) do-bá-ló-dzik; B) fel-a-dat; C) ma-dá-chi;
D) ma-dzag
5.
A) cseveJ; B) haJadon; C) fuszuLYka;
D) feszéLYez; E) karvaLY; F) gáLYa; G) siráLY;
H) kulcsLYuk
6.
A) Ferenc-hegyi; B) Tóth Árpád-i; C) Balaton-felvidéki; D) ercsi; E) magyar nemzeti múzeumi
7.
A) mondd; B) küldd; C) keresd; D) lásd

Szerkesszük együtt!

Közeleg április 11-e, a költészet napja. József Attila születésnapjára szerkesszünk együtt virtuális verseskötetet!

Kérjük kedves Olvasóinkat, írják vagy üzenjék meg, melyik a(z egyik) **legkedveltebb magyar versük**. Április 11-éig remélhetőleg összegyűlik egy kisebb kötetnyi válogatás. A verseket aztán a Posztolj verset! akcióban faluszerke közzéteesszük. Ha valakinek kedve van, kézzel is leírhatja, de illusztrációt is készíthet mellé.

Kíváncsian várjuk a költeményeket!

KEDVES OLVASÓINK!

A kényszerű zárvaratartás idején is igyekszünk értékes olvasnivalókkal, kézműves videókkal, virtuális emlékidézéssel, nyere-ményjátékokkal szolgálni, kérjük, kövessék facebook-oldalunkat:

KÖZSÉGI KÖNYVTÁR, RÁCKERESZTÚR

IRÁNY A KÖNYVTÁR!

Kedves Szülők!

Elsősorban hozzátok szól most ez a pár sor. Biztos, hogy mindannyi-
tokban számtalan kérdés merül fel
már babatervezéskor, de még több
babavaráskor, hogy vajon milyen
szülők lenni. Vajon milyen szülők
leszünk? Vajon mindent észreve-
szünk időben, amit kell?

A rengeteg kérdés természetes
és normális.

Az említett könyv nagyon jó támpontot adhat a kezdő, de akár már a tapasztalt szülőknek is.

Az író a várandósságtól kezdve a totyogó korszak végéig, vagyis kétéves korig részletesen leírja a mit-miért elvek összefüggéseit. Említést tesz többek között a következő témákról: A fejlődés megértése; A személyiség fejlődése; A társas kapcsolatok és kommunikáció fejlődése; A mozgásfejlődés lélektani szempontból; Az önállóság fejlődése; Babanevelés.

A pszichológus minden életszakaszra ír ajánlást, figyelembe véve a többéves szülői és a saját tapasztalatait is. Nem feltétlen konkrét módszereket ír, inkább megértetni szeretné a szülőkkel, hogy mik az ok-okozati összefüggések.

Kitér a lelki kapcsolatra is, ami már a magzati korban kialakul az édesanya és a magzata között, amire a csecsemőnek az első időkben hatalmas szüksége van, hisz minden ismeretlen, csak egy biztos pont van, az, akit a legrégebb óta ismer, az édesanyját. Az ő szívverését hallja legelőször, ezért is nyugszik meg a legtöbb baba már attól, hogy az édesanyja magához öleli.

Nagyszerű módszer a meditálás is, ez segíthet az anyának bármikor megnyugodni, kommunikálni a babával, és ezzel a szülést is megkönnyíthetik (felkészülnek általa).

Miután az újszülött hosszú út után megszületik, elkezdődik a számtalan kérdés időszaka a szülőkben. Ez természetes folyamat, nagy szükség van a szülők megerősítésére. Ilyenkor jól jöhet segítségért kérni, ez lehet fizikai (gyermekorvos, védőnő, szakemberek) vagy lelki (pszichológus, meditálás, szak-
könyv). Merni kell segítséghez nyúlni, hisz a gyermek tökéletes tükre a szülőknek, mindent eltanulnak, sajnos a stresszt is, a bizonytalanságot, a félelmet és aggodást is.

A fejlődés minden esetben egyedi. Sokan erősen követik a sémát, viszont van olyan is, amikor valami nem úgy megy, ahogy azt a „Nagy Könyv” megírja. Ezt el kell fogadni minden szülőnek, hogy egyik gyermek sem egyforma, sokszor még az ikrek sem. Például az egyik jobb étvágyú, mint a másik.

A szerző több apró kérdést is érint: a csecsemő etetését, alvását, környezeti ingereit, játékait, dackorszakát, büntetését, jutalmazását stb.

Nagyon apró élethelyzetekre kitér, egyszerű, érthető, könnyű nyelvezetű az egész könyv. Szívből ajánlom minden szülőnek.

A világ legnehezebb, de ugyanakkor legcsodálatosabb feladata szülőnek lenni!

Sok boldogságot kívánok minden szülőnek, gyermeknek, nagyszülőnek!

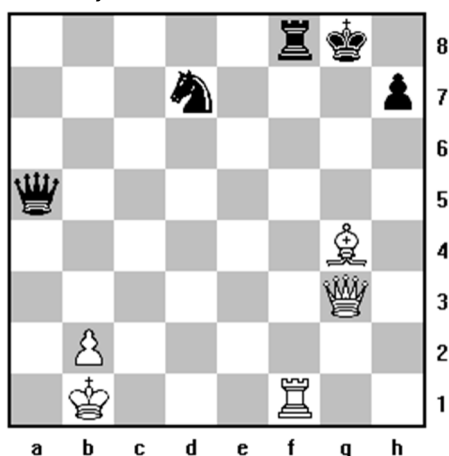


Kertész-Kovács Kitti

SAKK-SAROK Folytatódik a sakkvilágbajnok-jelöltek versenye

Lassan újraindul a világ sakkélete. Már nemcsak online versenyeznek a sakkozás legnagyobb játékosai, hanem hagyományos tornákon is. Ezek közül mindenképpen kiemelkedik a sakkvilágbajnok-jelöltek versenye, azaz hivatalos nevén a „FIDE Jelöltek Tornája”. A torna első felét 2020. március 17. és 25. között játszották Jekatyerinburgban. A FIDE, azaz a Nemzetközi Sakkszövetség kénytelen volt félbeszakítani a megmérettetést a felénél, egyúttal elhalasztani a második felét, mivel a COVID-19-járvány miatt várható volt az oroszországi nemzetközi légitömegközlekedés felfüggesztése. Az eseményt eredetileg 2020. november elsején tervezték folytatni, de a fennálló helyzet miatt ismét halasztani kellett. A problémát főleg a kínai versenyzők, *Ding Liren* és *Wang Hao* engedélyei jelentették, hiszen egyiküknek sem volt szabad külföldre utaznia és játszania. A játékosoknak COVID-teszten kell átesniük érkezéskor, és néhány további tesztet is elvégeznek rajtuk a későbbiekben. Jelenleg a francia *Maxime Vachier-Lagrave* és az orosz *Jan Nyepomnjascsij* vezeti a versenyt, mindkettőjük 4,5 ponttal áll a megszerezhető 7-ből. A további állás: 3. *Fabiano Caruana* (amerikai) 3,5 pont, 4. *Anish Giri* (holland) 3,5 pont, 5. *Wang Hao* (kínai) 3,5 pont, 6. *Alekszandr Griscsuk* (orosz) 3,5 pont, 7. *Ding Liren* (kínai) 2,5 pont, 8. *Kirill Alexejenko* (orosz) 2,5 pont. Tehát szoros a verseny, amelynek győztese elnyeri a jelenlegi világbajnok norvég *Magnus Carlsen* kihívásának lehetőségét. A világbajnoki címmérkőzés a tervek szerint 2021. november 24. és december 16. között lesz, és a Dubai World Expón kap helyet.

Ajánlunk még az olvasók figyelmébe egy érdekes feladványt. A következő állásban világos három lépésben mattot adhat, ha megtalálja a megfelelő lépéskombinációt. Mit kellene lépnie világosnak, hogy három lépésben véthetetlenül mattot adjon?



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



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



MARTONVÁSÁR TŰZÉP

Építőanyag és Tűzelőanyag 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, aljzatkiegyenlítő, 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

Az emlővizsgálat fontosságáról

Hogyan, mikor és miért szükséges az önvizsgálat?

Az esetek többségében a nők maguk fedezik fel, hogy mellükben valami elváltozás történhetett. Mind ezt észrevehetjük akár rendszeres önvizsgálat során, vagy csak egy szimpla fürdés utáni törölközés alkalmával is fény derülhet valami problémára.

A negyvenöt év feletti nőket kétfévente ingyenes szűrésre hívják. Sajnos már nemcsak a negyvenöt év feletti nőket érinti ez kérdés, hanem a fiatalabb korosztályban is egyre gyakrabban előfordul, hogy egy-egy vizsgálat elvégzésével komoly problémát fedeznek fel.

Mielőtt mindenki pánikba esne: nem minden elváltozás rosszindulatú, de érdemes figyelemmel kísérni mellünk állapotát, legyen az jó vagy rosszindulatú elváltozás, például ciszta, zsírmirigy vagy nyirokcsomó-megnagyobbodás. Saját magunk megnyugtatója érdekében minden felfedezett elváltozást érdemes szakembernek megmutatni.

A vizsgálatok kapcsán sokunkban felmerülhet a kérdés: Mikor? Hogyan? Rendszeresen vagy csak amikor eszembe jut érdemes az önvizsgálatot elvégezni? Cikkemmel ezen kérdésekben szeretnék segíteni.

Mikor? Az emlőönvizsgálatot rendszeresen ajánlott elvégezni. A menstruációs ciklussal összefügg a mell érzékenysége is. A ciklus utolsó napjaiban érdemes az önvizsgálatot elvégezni, mert ilyenkor a mell szerkezete laza, kevésbé érzékeny, és könnyen áttapintható. Akik a koruknál fogva már nem menstruálnak, azoknak egy olyan napot érdemes választani, amit minden hónapban meg tudnak jegyezni (például a hónap első napja). A lényeg a rendszeresség és az alaposság.

Hogyan végezzem a vizsgálatot?

A mellönvizsgálat nyolc lépése

1. Állj szembe a tükörrel, és húzd ki magad. Leengedett, majd felemelt karokkal vedd szemügyre melledet a tükörben. Ha szabad szemmel nem találsz semmilyen elváltozást, következhet a tapintásos vizsgálat.
2. Emeld fel a kezeidet, és ismételd meg a megfigyelést.
3. Két tenyered közé fogva centiről centire tapintsd végig mindkét melledet.

4. Összezárt ujjakkal, körkörös mozdulatokkal tapintsd át egyik, majd másik melledet.

5. Az előző mozdulattal ismételd meg a vizsgálatot, ezúttal hanyatt fekvésben. Tedd jobb kezéd a fejed alá, bal kezedd pedig tapintsd végig a jobb melledet, nyomd meg finoman a mellbimbót is, hogy nem tapasztalsz-e fájdalmat.

6. Emeld magas tartásba az egyik karod, a másik kezedd pedig vizsgáld át tüzetesen a felemelt kar oldalán a hónaljadat, nincs-e benne csomó. Ezt követően végezd el a tapintásos vizsgálatot a másik oldalon is.

7. A karodat ezúttal leengedve végezd el a hónaljvizsgálatot az egyik, majd a másik oldalon is.

8. Az emlővizsgálat utolsó mozzanatával nyomd meg finoman a mellbimbóid, hogy nem tapasztalsz-e fájdalmat vagy váladékozást.

Az önvizsgálat lépéseiről képes tájékoztató található a <https://rakliga.hu/az-emlo-onvizsgalata/> című weboldalon.

Cikkünk apropója, hogy felhívjuk a figyelmet az önvizsgálat fontosságára.

Az időben felfedezett mellrák gyógyítható!

Ráckeresztúrra március 22–24. között mammográfiás szűrőbusz érkezik, és biztosít ingyenes szűrővizsgálatot a 45–65 év közötti ráckeresztúri nők számára. A vizsgálatra név szerinti meghívót is kapnak az érintettek, javasolom, mindenki használja ki a lehetőséget!

Peszter Zsuzsanna védőnő

A kép forrása: wellandfit.hu

A mellrák elleni küzdelemről

A rózsaszín szalag világszerte a mellrák elleni küzdelem jelképe. Először 1991-ben használták, amikor a Susan G. Komen Alapítvány New Yorkban rózsaszín szalagokat osztott ki az emlőrákból felgyógyultakért rendezett jótékonysági futáson. A rózsaszín szalagot mint jelképet Evelyn H. Lauder álmodta meg.

Október elseje a mellrák elleni küzdelem világnapja, de a teljes hónap rózsaszín hónap. A szalagot viselők ilyenkor hitet tesznek a kór elleni küzdelem mellett. Októberben több olyan rendezvény is szerveződik, amelyek a megelőzés és az önvizsgálat fontosságára hívják fel a figyelmet, ilyen például a mellrák elleni küzdelem jegyében rendezett figyelemfelkeltő séta, amely számos településen sokakat megmozgat.



AZ IDEJÉBEN FELISMERT MELLDAGANAT GYÓGYÍTHATÓ!

A Ráckeresztúron lakó 45–65 év közötti asszonyok, akik két éven belül nem vettek részt emlőszűrésen, névre szóló meghívót kapnak **szűrővizsgálatra**.

A vizsgálat időpontja:

**2021. március 22. és 24.
között**

Rendelési idő: 9.00–15.00 óráig,
**Ráckeresztúr, a tornacsarnok
előtti sportpálya**

Szájmaszk használata kötelező!

**Kérjük, mindenki jöjjön el, aki
behívólevéllel rendelkezik!**

A szűrővizsgálattal kapcsolatos kérdéseivel forduljon a szűrőállomáshoz bizalommal.

Telefonszám: 06-20/456-4256

**Fejér Megyei Kormányhivatal
Népegészségügyi Főosztály**

Gondolatébresztő...

„Azt az angyalt, aki ráirányítja szemünket a határok meglátására, és érzékeinket a lehetőségek fölismerésére serkenti, nem értelemnek hívják, három neve van: hit, remény, szeretet; a mindennapi életben egyszerűen türelemnek hívják. A némáknak megadja a szólást, az alázatosoknak a bölcsességet; a veszetteknek, akik nem veszik észre, lángpallosával kiegészíti a szemét.”

(Stefan Andres)



ÚTRAVALÓ ÜZENET

„Most csak várni lehet. Tudom, hogy keserves, de mindennek megvan a maga ideje. Úgy, mint a dagálnak és az apálynak. Senki sem tudja azt megváltoztatni. Amikor a kivárásnak van itt az ideje, várakozni kell.”

(Murakami Haruki)

Farsangi nyeremény- játék

A helyes megoldás:

B, B, A, A, C, C, B, C, A

1. vízkeresztől hamvazó-szerdáig
2. fánk
3. alakoskodás
4. fecsegni
5. német
6. a gonosz szellemének elűzése
7. a farsang farka
8. 40
9. első menyegzős vasárnap
10. kicsúfolták

Valamennyi megfejtő meglepetés ajándékot kap:

Gajdó András, Mikó-Baráthné Rácz Ágnes, Mikó-Baráth István, Szabó Péter András, Szabó Zsoltné, Szabóné dr. Kántor Szilvia, Varga Petra, Zátonyi Lászlóné

A nyereményt majd a könyvtárban vehetik át, ha újra nyitva lesz.

Köszönjük a játékot és a türelmet!

RÁCKERESZTÚRI HÍRMONDÓ • Ráckeresztúr Község Önkormányzatának lapja • IX. évfolyam 3. 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