

RÁCKERESZTÚRI HÍRMONDÓ

Ráckeresztúr Község Önkormányzatának lapja

2022. május

Májusi vers

Ebben a hónapban köszöntjük az édesanyákat és a gyerekeket is. Valamennyi korosztálynak szól Zelk Zoltán verse.

Csilingel a gyöngyvirág

Csilingel a kis gyöngyvirág,
Fehér a ruhája,
meghívja a virágokat
tavaszesti bálra.

Öltözködik az orgona,
lila a ruhája,
kivirít a kankalin, a
szegfű és a mályva.

A vadrózsa rájuk nevet,
bolondos a kedve,
a rigó is fütttyent egyet:
hej, mi lesz itt este!

Táncra perdül a sok virág,
illat száll a légben,
őrt állnak a gesztenyefák,
illemtudón, szépen.

A szellő is megfürdik a
virágillatárban,
s arra ébredünk fel reggel:
napsugaras nyár van.



Magyar Falu program: pályázati sikerek

Három a kislány – Diáktalálkozó Sárkeresztúron

Megyei értékek Ráckeresztúron

Sohonyai Edit író Kamaszvilág című előadásáról

Oszlopcsere Ráckeresztúr határában

KERESZTÚRI KISOKOS – FONTOS CÍMEK, TELEFONSZÁMOK

Szent Kereszt Gyógyszertár

(Hősök tere 4/5.; ☎25/455-812)

Nyitva: hétfő–péntek 8.00–18.00

Gyógyszertári ügyelet

jún. 4., 5.: Ercsi ☎06-25/505-790

jún. 6., 11., 12.: Martonvásár ☎06-22/569-146

jún. 18., 19.: Ráckeresztúr

jún. 25., 26.: Ercsi

Egészségház

(Petőfi Sándor u. 7.; ☎25/455-804)

I. háziorvosi körzet: dr. Mihalicza Ingridet dr. Kasziba Lilla helyettesíti

☎06-20/852-0350

Asszisztens: Németh Éva

Hétfő: 9.00–12.00; szerda: 8.00–12.00

Kedd, csütörtök: 13.00–15.00

Péntek: 9.00–13.00

Csecsemő- és várandós tanácsadás: szerda: 12.00–13.00

II. háziorvosi körzet: dr. Kasziba Lilla ☎06-20/852-0350

Asszisztens: Lőke Krisztina

Hétfő, szerda: 13.00–15.00

Kedd, csütörtök: 9.00–12.00

Péntek: 9.00–13.00

Csecsemő- és várandós tanácsadás: kedd, csütörtök: 8.00–9.00

Vérvétel (bejárat az udvar felől)

A vérvétel jelenleg szünetel!

Fogorvos – dr. Jenei-Kálmán

Andrea, dr. Mozsolits Zsófia

☎06-20/389-0278

hétfő: 14.00–19.00; péntek: 8.00–14.00 – dentálhigiéna

kedd, csütörtök: 8.00–14.00 (dr. Mozsolits Zsófia)

szerda: 14.00–19.30 (dr. Jenei-Kálmán A.)

Gyermekegészség: kedd: 8.30–12.30

Fogorvosi ügyelet: 06-20/250-8583

Védőnői szolgálat

I. körzet: Peszter Zsuzsannát Farkasné Vancsura Ildikó 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 Rendel kéthetente csütörtökön:

13.00–15.00. Időpont-egyeztetés szükséges!

E-mail: nogyogyaszat.rackeresztur@gmail.com

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); Lisziné 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)

Lisziné 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 (Schmitsek József)

Családsegítés: hétfő: 9.30–10.30, szerda: 9.00–10.00 (Schmitsek József)

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

Nyitvatartás: 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



Magyar Falu program: pályázati sikerek

Az Eötvös téri játszótér fejlesztésére mintegy hárommillió forintot nyert önkormányzatunk. A forrásból az eddig üresen álló füves területre egy baba-mama hinta, egy forgó hinta, egy dupla, rugós libikóka és egy kicsiknek való pad épül majd („ücsörgő” néven), kicsik és nagyok örömére!

Szintén sikeresen pályáztunk a járdafelújítási alprogramban, itt hatmillió forintot nyert a település. Ebből a Hősök téri új iskola előtti járda fog megújulni teljes hosszában, az Ady Endre úttól a Bajcsy-Zsilinszky útig. A betonlapokat széles, térköves járda váltja fel, ami biztonságosabbá és kényelmesebbé teszi a közlekedést az iskolásoknak és kísérőiknek egyaránt.

Köszönjük szépen a lehetőséget Magyarország Kormányának!

Dr. Szentes-Mabda Katalin Dóra
polgármester



Nyitva a játszótér a Kölcsey parkban

Elkészült a térköburkolat, így most már kismotorral vagy babakocsival is lehet „parkolni” a játszótéren belül. Árnyas fák alatt kényelmes padokkal várja a játszótér a szülőket és a gyermekeket.

Az idén még egy játszóvárat is szeretnénk majd telepíteni az üresen hagyott részen, és ivókút kiépítése is folyamatban van – erre a tervek már elkészültek.

Ráckeresztúr Község Önkormányzata

Tisztelt Olvasók, kedves Ráckeresztúriak!

Szerkesztői levél

Májusban sokat gondolok édesanyámra, és nem csak anyák napján, anyu ugyanis ebben a szép tavaszi hónapban született. Sajnos már nem tudok a kezébe virágot adni, és verssel sem köszönhetem – vagyis igen, miért is ne. A lelkek kapcsolata és a szeretet örök, soha el nem múlik. Néha képzeletben fölívom telefonon, és elmesélem neki, mi minden történt velünk. Beszámolok neki az unokája sikereiről, a munkámról, a terveimről. Jó tudni, hogy valaha élt, és hogy neki köszönhetem az életemet.

Május másért is nevezetes hónap. Ekkor rendezik a Községek Hete című programsorozatot országszerte, amelyhez a kezdetektől fogva könyvtárunk is csatlakozott. Idén településünk értekeit szeretnénk jobban megismertetni a lakossággal. Helyismereti kvízt tervezünk, és a szokásos kerítéskiállítás, amelyen a települési értéktárat mutatjuk be. Reményeim szerint mindez megvalósul, és olvasóink talán kedvet kapnak ahhoz, hogy elgondolkodjanak, milyen sokféle érték található e már nem is oly kicsiny faluban. Ahogyan legutóbb is írtam, minden érték, amit a helyiek annak tartanak. Fedezzük fel azokat is, amelyek már a megyei értékek között is szerepelnek, és találjunk újabbakat, mert biztos vagyok benne, hogy számos meglepetés ér még bennünket.

Az értékeket pedig nemcsak felfedezni kell, hanem megőrizni és továbbadni is – ezért idén is számítok majd az iskolások közreműködésére. A három kislány például Sárkeresztúron bizonyította, hogy sokféle feladatot képesek kiválóan és lelkesen megoldani. Szeretettel gratulálok nekik!

Gajdó Ágnes

A háziorvosi rendelési idő változása a nyári időszakban

A nyári időszakban a két körzetben összevont rendelőt tartunk, az alábbiak szerint:

2022. június 1–30. között
dr. Mihalicza Ingrid rendel
hétfőtől péntekig 9:00–13:00

2022. július 4–29. között
dr. Kasziba Lilla rendel
hétfőtől péntekig 9:00–13:00

2022. augusztus 1–12. között
dr. Mihalicza Ingrid rendel
hétfőtől péntekig 9:00–13:00

2022. augusztus 15–26. között
Dr. Kasziba Lilla rendel
hétfőtől péntekig 9:00–13:00



Tájékoztatás a MOL Nyrt. Dunai Finomítóban történő tavaszi karbantartási munkákról

Ezúton szeretnénk tájékoztatni a lakosságot, hogy a MOL Dunai Finomító több üzemében 2022. május 13–június 22. között időszakos, ütemezett karbantartást végzünk.

Miért van szükség a finomítóban ütemezett karbantartásra?

A karbantartási időszak alatt üzeinkben a technológiát beszállító cégek által javasolt katalizátorcserére, javításokra, felújításokra, cserékre és korrózióvédelemre kerül sor, melyet az adott üzem irányított és felügyelt leállása mellett végzünk el, egészséget, környezetet, biztonságot nem veszélyeztető körülmények között. Ezt nevezzük nagyleállásnak.

A lakosság számára mi érzékelhető Százhalombattán és a környező településeken a nagyleállás idején?

A nagyleállással járó munkálatok a finomító környezetében elsősorban a leállásra való felkészülés és a visszaindulás idején okozhatnak a szokásostól eltérő jelenséget. **Az üzemek nagyjavításra történő előkészítése 3-6 napig**, valamint a **jávitást követően az üzemek újraindítása 2-3 napig tart**, amely időszak alatt több olyan technológiai tevékenységet hajtunk végre, amelyek a környező településeken érezthetnek hatásukat, mint például **fokozott zajhatás, látványos fáklyázás, esetenként kellemetlen szaghatás**.

Mikor várható a tavaszi finomítói karbantartás?

Üzeink közül több üzem a tevékenységeink összehangolásával május 13–22. között kerülnek leállításra június közepi visszaindulással.

A karbantartási munkálatok milyen hatással vannak a finomítói termelésre?

A MOL készletei és finomítói kapacitása a karbantartási időszakban is elegendőek ahhoz, hogy az ország üzemanyagigényét zavartalanul ellássa.

Milyen egyéb hatással lehet számolni a finomítói nagyleállás munkálatai idején?

A karbantartási tevékenységet szerződött alvállalkozóink végzik. A távolabbról érkező cégek a dolgozóik számára Százhalombattán, illetve a környező településeken foglalnak szállást, ami az adott település infrastruktúrájára, szolgáltatói egységeire nagyobb leterheltséget jelent. Kérjük türelmüket.

Az időszakos karbantartás a finomító berendezéseinek biztonságos üzemmenetét és élettartam növelését szolgálja, kérjük megértésüket. Szakembereink mindent megtesznek azért, hogy tevékenységünk ne zavarja a környéken élő szomszédaink mindennapjait.

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:	zárv

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:	zárv

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

VERTIKÁL ZRT. (HULLADÉKSZÁLLÍTÁS)

Ügyfélszolgálat címe:

2451 Ercsi, Fő utca 8.

Ügyfélfogadási idő:

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

Telefon: 06-22/576-070

E-mail: ugyfelszolgalat@vertikalzrt.hu

HÁZHOZ MENŐ LOMTALANÍTÁS IDŐPONT-EGYEZTETÉS

Telefon: 06-25/576-070

E-mail: ugyfelszolgalat@vertikalzrt.hu

Honlap: www.vertikalzrt.hu

HULLADÉKSZÁLLÍTÁS 2022-BEN

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

Három a kislány

Ráckeresztúri siker a Sárkeresztúron rendezett diáktalálkozón

A Keresztúr Nevű Települések XI. Nemzetközi Ifjúsági Találkozóját Sárkeresztúron rendezték. A ráckeresztúri csapat – a diáktalálkozók története során először – első helyezést ért el.

A Schubert-dallamokból összeállított romantikus daljáték címe – *Három a kislány* – jutott eszembe, amikor megtudtam, hogy idén három hatodik osztályos ráckeresztúri kislány nyerte a Keresztúrok diáktalálkozóját. Évek óta minden évben két találkozót szervez a Keresztúr Nevű Települések Szövetsége, az egyik kifejezetten diákoknak szól, hogy erősödjön bennük az összetartozás érzése, és hogy megismerjék a magyarországi és a határon túli Keresztúrok nevezetességeit, szokásait, értékeit.

Ebben az évben Bognár Sarolta, Novozánszki Bíborka és Zsigmond Réka 6. a osztályos tanuló



Pankával, Julcsival és Krisztával kerültek egy szobába, és örök barátságot kötöttek. Bíborka szerint az egyik legérdekesebb feladat a három nap során az igencsak furfangos szabadulószooba volt, ahonnan sajnos nem sikerült kijutniuk, de nagyon élvezték a játékot. Sárinak a települést körbejáró akadályverseny tetszett leginkább, amelyen sokat tanult, és itt is kiemelkedően teljesítették a feladatokat. Réka szötte tovább a beszámolót: „a harmadik napon hat akadálypályából álló sportvetélkedőt teljesítettünk, ahol a murakeresztúri nyolcadikos fiúk után a második helyen végeztünk”. Bíborka szerint szuper volt a táncház és a diszkó is, és érdekes kiránduláson vehettek részt a dinnyési várparkban. Sárítól azt is megtudtuk, mi lett a győztes csapat nyeregménye: okosóra, vezeték nélküli fülhallgató és egy ajándékkártya, amit két nagyszerű élményre válthatnak be. A három kislány egyetértett abban, hogy remekül érezték magukat a találkozón, és szomorkodva váltak el a többi keresztúri diáktól. A kapcsolat azonban fennmarad, hiszen már ők is fejből tudják a szövetség jelmondatát: „A nevünk és a szívünk összeköt!”



képviselte Ráckeresztúrt a nem mindennapi megmérettetésen. A lányokat Gajdó Tímea tanítónő készítette fel, és elkísérte őket Lisziné Hunyadi Hajnalka alpolgármester, Fux István, a Ráckeresztúri Petőfi Sándor Általános Iskola igazgatója és helyettese, Orbán Erika. A győztes csapat tagjait arról faggattam, milyen feladatokat kellett megoldaniuk, hogyan érezték magukat a többnapos vetélkedőn, illetve hogy mi tetszett számukra a leginkább. Réka azzal kezdte mondandóját, hogy óriási lehetőségnek érzi, hogy részt vehetett ezen a rendezvényen, de nem tud kiemelni egyetlen történetet sem, neki minden nagyon tetszett. Elmesélte, hogy a rákoskeresztúri lányokkal,



GÁ

(Az írás szerkesztett formában megjelent a Fejér Megyei Hírlap 2022. május 14-i számában.)

MOSOLY HÍREK Föld, madarak, fák, anyák napja

Családi napot tartottunk az óvodában április 9-én, készülődünk a húsvétúra.

Április 22.: a Föld világnapja – A Föld napja alkalmából különféle eseményeket rendeznek világszerte, melyekkel felhívják a figyelmet a Föld természeti környezetének megóvására. A Föld napja témakör nagyon sokrétű, rengeteg ismeret belefér, a legfontosabb talán mégis annak a tudatosítása a gyerekek számára, hogy óvnunk kell a Földet, vigyáznunk kell rá. A gyerekekkel közösen kertészkedtünk. Az elültetett magokból kikelt palántákat elültették, és folyamatos a gondozása, ápolása kertjeinknek.

Április 28.: Fertőtlenítőszereket kaptunk újra.

Május elején megünnepeltük a madarak, fák napját. Örömmel figyeltünk fel rá, hogy óvodánk udvarán a fészekbe szén-

cinege

költözött, és fiókái is kikeltek. Életüket folyamatosan figyelemmel kísérjük.

A leendő kiscsoportos gyerekek beíratása megtörtént.

Minden csoportban tartottunk anyák napi műsort.

Az Európai Hulladékcsökkentési Hét alkalmával figyelmet fordítottunk a hulladék keletkezésének megelőzésére, a keletkezett mennyiség csökkentésére, termékek újrahasználatának és újrahasznosításának fontosságára. A képen látható oklevél többéves munkánk és részvételünk eredménye.

Gáborné Kutasi Katalin intézményvezető



MARTONVÁSÁR TÜZÉP

Sóder, homok, murva, zsalukő, 30 N+F téglák, térkő, OSB lap, Cement, oltott mész, mészpótló, falazó habarcs, csemperagasztó, Vakoló habarcs, SIKAFLEX, Csemperagasztó, Gipszkarton 12,5, Gipszkarton profil, polisztirol hőszigetelő lemez, Bitumenes lemez GV 35; 45, Bitumenes alapozó, Beltéri falfesték JUB, Polisztirol ragasztó, PUR hab, Vízmenték, mérőszalag, ecset, festőhenger, REVO homlokzati vakolat, hálós élvédő, lábazat indító, **Napraforgó brikett 20 kg, Szén német brikett 10 kg,** Gázpalack csere 10,6 kg, szilikon, akril, ragasztó hab,

Porotherm DDC YTONG MUREXIN TYTAN



Martonvásár, Szent László út 25.
Iroda: 06 22/ 461 – 772, Mobil: 0620/ 373 93 40,
Építőanyag és Tüzelőanyag forgalmazása!
martonvasartuzep@gmail.com

Mozgalmas tavaszi napok

Április havi programjaink tudásban, mozgásban, játékban felüdülést adtak diákjainknak.

Végzős osztályunkban a Kallódó Ifjúságot Mento Missziótól Hamar János és Harsányi Gergő tartott drogprevenciós foglalkozást.

Iskolanyitogatón a jövődöbeli elsőseink jó hangulatú programon vehettek részt, dalokkal, tánccal, útvesztős és alakzatos feladatokkal, húsvéti nyuszi kézműveskedéssel egybekötve. A szülők sem maradtak „munka nélkül”: megismerkedtek iskolánk erősségeivel. Emellett egy rendhagyó, aktív szülő-tanár foglalkozáson vehettek részt, amely dramatikus-, pszichodramatikus gyakorlati- és tapasztalati játékok által erősítette a szülő-gyerekek-pedagógus kapcsolatát.

A Digitális témahéten (ahogy évközben is) a gyerekek az aktuális tananyagot tableten, számítógépen, interaktív okostáblán, laptopon dolgozták fel szabadidőben, tanórákon, drámafoglalkozásokon, fejlesztő órákon...

A Föld napjáról, a Fenntarthatósági témahétről, a madarak, fák napjáról április utolsó és május első hetében emlékeztünk meg a tanórák és szabadidős foglalkozások keretében. Aktualitását nemcsak a természettudományos tárgyakban, hanem a humán tanórákon is gyakorlatiasan és játékosan közelítették meg. A projekt csúcspontja a természetjáró nap volt, amely alkalmat adott a környezet közvetlen megtapasztalására a pákozdi ingóköveknél, a ráckeresztúri fittpon-
tonkon, Ercsiben, Szigetújfaluban, Martonvásáron. Mindezt gyalogosan, tömegközlekedéssel, biciklivel vagy komppal.

A Keresztúr Nevű Települések Szövetségének nemzetközi diáktalálkozóján Sárkeresztúron 1. helyezést ért el Bognár Sarolta, Novozánszki Bíborka és Zsigmond Réka.

József Attila születésnapján, a költészet napján a színjátszókörös diákjaink szünetben verset szavalva ünnepeltek az udvaron. Csatlakoztunk a „Posztolj verset az utcára!” című országos akcióhoz.



A Székesfehérvárott a Palotavárosi tavak mellett található Királyok Parkjában tartott MedveMatek csapatversenyen 35 tanuló vett részt, amelyen a csapatunk ezüst minősítést szerzett.

A szabadbattyáni általános iskola által szervezett megyei Toldi versenyen Fuszenecker Zalán és Tóth Márk 6. a osztályos tanulóknak 2. helyezést ért el. A 49 csapatból 10 jutott a döntőbe, ebből szerezték meg diákjaink a 2. helyezést.

Vendégül láthattuk Sohonyai Edit írónőt a 6. és 8. osztályban. Köszönjük Gajdó Ágnesnek, hogy az Informatikai és Könyvtári Szövetség révén elnyerhettük a „Legyél te is kölyökolvasó!” eredményes pályázata segítségével ezt az interaktív író-olvasó találkozót.

Áprilisban átvettük a Kosárlabda Bajnokság biztosította eszközöket. A 2. osztályos emelt szintű sportot tanuló diákjaink mind az MLSZ, MKOSZ, MKSZ versenyein szép eredményeket értek el. Így a megérdemelt pólót, trikót, táskát és kulacsot is magkapták. A sporteszközök pedig segíteni fogják a jövőbeni munkánkat.

E hónapban rendeztük meg a *Dobd a kosárba! sor- és váltóversenyt* és a *Streeball bajnokságot*. Mindezt intézményi Bozsikkal folytattuk a 0. és 1. korcsoportban focival Iváncsán. Májusban a szivacskezilabda verseny vár Szigetszentmiklóson U9-es fiakkal.

Több mint három év után ismét képviselték iskolánkat diákjaink a Körzeti Atlétika Diákolimpián. Somodi Zétény II. kcs. egyéni 7. hely, Lukács Krisztián III. kcs. egyéni 2. hely, Knolmár Zsombor IV. kcs. 7. helyen végzett.

A fentiekben felsorolt eseményekről, eredményekről iskolánk honlapján és facebook oldalán tájékozódhatnak, illetve a képgalériában számos fényképet is láthatnak az érdeklődők.



Fux István igazgató

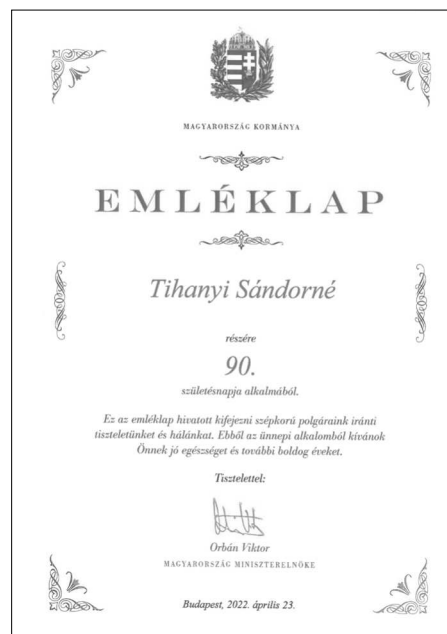


Kilencven esztendő

Tihanyi Sándorné Nemecek Irén Budapesten látta meg a napvilágot 1932. április 23-án. Tevékeny életet élt, sok mindent megtapasztalt. Három gyermeke, hat unokája, hat dédunokája született.

A kilencvenesztendős Tihanyi Sándornét az önkormányzat nevében Bilikné Bakonyi Edit igazgatásügyi előadó virágcsokorral köszöntötte, s adta át a miniszterelnök által aláírt emléklapot.

Jó egészséget, nyugalmas, örömteli napokat kívánunk!



Friss hírek, információk: www.rackeresztur.hu



Facebook: Rackeresztúr Község Önkormányzat hivatalos oldala



www.hangistallo.hu

Programajánló

A Hangistálló a Vértessé és a Gerecselábánál, Budapesttől „csak egy ugrásnyira”, 42 km-re fekvő kis faluban, Nagygyeházán található, Bicske és Tatabánya, azon belül Óbarok és Szárliget között. A régi Batthyány 50 tehénestállóból kialakított kulturális épület immár tizenkét éve a „zene és a szó” hazája, ez ihlette nevét is, így lett Hangistálló. A nívós komolyzenei koncertek, a népzenei sorozatok, az irodalom, a közösségi rendezvények helyszínéül a Fejér Megyei Értéktárban szerepel.

A váli székhelyű Völgy Vidék Leader Egyesület tagjaként, a Hangistálló Kulturális Kft. – a sajtos-kézműves vásároknak is több ízben otthont adó helyszíneként – másodjára rendezi meg közösen a Sajt-majális. A kézműves sajtok és egyéb, házilag készített élelmiszer termékek – borok, sörök, fűszeres mézek lekvárok, sütemények, füstölt áruk – mellett megtalálhatók a fazekas, bőrs, varrottas portékák is.

A kétnapos rendezvényen jól megférnek egymás mellett a kis komolyzenei koncertek, a népzenei produkciók, a tánc és a hagyományőrző programok is.

Forrás: hangistallo.hu

**2022.május 28-án és 29-én,
(szombat, vasárnap) 10-től 18 óráig**



**Kézműves sajtvásár
a Hangistállóban Nagygyeházán**

**Színes programokkal, ízletes ételekkel,
tánc házzal. A belépés díjtalan!**

Részletes információk: facebook.com/Hangistallo, [facebook.com/Sajt Majalis](https://facebook.com/SajtMajalis)
www.hangistallo.hu, hangistallo@obaraknet.hu, (+36) 30 560 3048, 30 959 4541



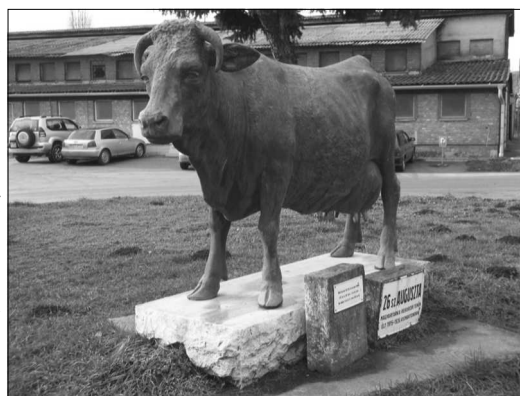
Megyei értékek Ráckeresztúron

FEDEZZÜK FEL!

Sokan nem tudják, hogy már három olyan települési érték található Ráckeresztúron, amely helyet kapott a Fejér Megyei Értéktárban is. Ezek az értékek szabadon látogathatók, nem kell hozzá engedélyt kérni. A község határában található Szentháromság-szoborhoz vezető utat ugyan sorompóval zárta le a vadásztársaság, de ez nem jelenti azt, hogy a szoborhoz és a Széchenyi Zsigmond-emlékkőhöz ne lehetne odasétálni. A sorompó leginkább az illegális személerakók ellen kell... De ez már másik történet.

Ami fontos, hogy értékeljük értékeinket, és bátran keressük fel akár kerékpáros, akár gyalogos vagy autós túra révén ezeket a helyeket. A Szentháromság-szobor és környéke például nagyon is alkalmas arra, hogy ott fordítsunk hátat a hétköznapi megpróbáltatásainak, és egy kicsit elidőzzünk a természetben, csak a fákra, bokrokra, a madárhangokra összpontosítva. Az árnyas tisztás kiváló hely a kikapcsolódásra, s remélhetőleg hamarosan ülő alkalmatosságok is létesülnek majd. A Zöld Erdő Vadásztársaság tavaly baráti napot szervezett, és aki részt vett az eseményen, nem távozott csalódottan.

Érdemes fölkeresni Augusztus 26 szobrát is, amely Lászlópusztán, a tehenészet előtt áll. De aki kikapcsolódni vágyik, akár a templomkertben is megteheti, s ha úgy időzíti a látogatást, akkor a délután három órai harangszót is meghallgathatja. Ez szintén megyei érték, és az országban egyedülálló, immár kétszáz esztendősi hagyomány. Fedezzük fel Ráckeresztúr értékeit! Egyiknél sincs kitéve a behajtani tilos tábla, tehát bátran induljanak neki, és nézzék meg közelebbről is!



gá



Garay Ügyvédi Iroda
Dr. Garay Eszter Katalin
 ügyvéd, közbeszerzési szakjogász
 H-1051 Budapest, Mérleg utca 12. IV.
 Aliroda: H-1054 Budapest, Hold utca 21. I.
 Tel.: +36 30 826 5988
garayugyved@gmail.com

ÜGYVÉDI IRODA NYÍLIK RÁCKERESZTÚRON

A Garay & Novák Ügyvédi Iroda 2022. júniustól várja régi és leendő ügyfeleit új helyszínen. Előzetes időpont-egyeztetésre az alábbi elérhetőségeken van lehetőség:

Fiókiroda címe: 2465 Ráckeresztúr,
Kossuth Lajos utca 48. (régi gépudvar)

Dr. Garay Eszter, +36-30/826-5988,
garayugyved@gmail.com

• Polgári jog, Agrárjog, Házassági bontóperek, vagyoni jogi megállapodások, Peres eljárásban történő képviselő, Közbeszerzési jog

Dr. Novák Zoltán, +36-30/519-7967,
rackeresztur.ugyved@gmail.com

• Agrárjog (termőföld adásvétel-ajándékozás-csere szerződések, haszonbérleti szerződések)
 • Hagyatéki eljárásban történő képviselő
 • Cégalapítás, cégeljárás és változásbejelentés

Szentháromság-szobor





SPECIAL
DUGULÁSELHÁRÍTÁS
06 70 775 5190

DUGULÁSELHÁRÍTÁS

KISS RICHÁRD egyéni vállalkozó

Az alábbi szolgáltatásokat felelősségteljesen vállalom:

- WC, MOSOGATÓ, MOSDÓ, PADLÓÖSSZEFOLYÓ, ZUHANYTÁLCA, KÁD, PISZOÁR, ALAPVEZETÉK, STRANG VEZETÉK STB. DUGULÁSELHÁRÍTÁSA
- MAGASNYOMÁSÚ CSATORNA TISZTÍTÁSA
 - CSATORNA-KARBANTARTÁS
 - KAMERÁS CSÖVIZSGÁLAT

Telefon: 06-70/7755-0190

E-mail: info@spdugulaselharitas.hu

SPDUGULASELHARITAS.HU



ERCSI NAPLEMENTE BT.
TEMETKEZÉSI SZOLGÁLAT

2451 Ercsi, Mártírok útja 21.
email: ercsinaplemente@gmail.com
iroda tel.: +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!)*

Hirdetésfeladás 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
mvggyongyi@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

ÚTRAVALÓ ÜZENET

„Milyen borzasztó könnyű a fiatalnak, ha a legkonkrétabb és legobjektívabb nehézségei vannak is, pusztán amiatt, hogy olyan elképesztően teherbíró, és még annyi ideje van mindenre, s milyen tragikus, hogy az ember erre csak akkor jön rá, mikor rég mögötte már az ifjúság.”

(Szabó Magda)

Sóvilág

A só megtalálható a tengerekben, a szárazföldön és az emberi szervezetben is. A só a Föld egyik éltető eleme. Nélkülözhetetlen a mindennapi életünkhöz, erősíti az immunrendszert, segít leküzdeni az asztmát, az allergiás és légúti betegségek esetén gyakran alkalmazzák inhalátorokban. Használják a gyógyításban a mai modern orvoslásban, például az infúziókban.

Rengetegféle só van forgalomban. Melyiket is választjuk? A boltokban a legtöbb só már tisztított és bontott. Csak két elemet: nátriumot és káliumot tartalmaz. Azonban vannak bontatlan teljes molekulaelemek tartalmazó sók is. A leggyakoribb a Himalája és a parajdi só, amihez ma már könnyen hozzá lehet jutni.

Himalája só

Az egyik legjobb és legtisztább minőségű só, 84 féle ásványi anyagot tartalmaz.

Felhasználása: sóasztalt, sóhomokozót, akár sószobát alakítanak ki belőle. Kitűnően alkalmas az arcbőr és a test sav-bázis egyensúlyának rendezésére, megakadályozza a rákkeltő anyagok megkötését, mindenféle bőrtípusra ajánlott kiváló mélytisztító hatása miatt.

Parajdi só

Szintén 84 féle ásványi anyagot tartalmaz, a világ egyik legjobb minőségű sója.

Felhasználása: légúti betegségek tüneteinek enyhítésére, valamint ételek készítéséhez is használják. Sótég-lákból sószobát alakítanak ki, illetve sóhomokozót is bátran lehet belőle készíteni.

Nem vonják ki belőle a természetes iszapot, ezért természetes olajesszenciákat tartalmaz, ez adja a jellegzetes színét.

Térjünk át a só veszélyes oldalára!

A legújabb kutatások szerint a napi normális sófogyasztást 2300 milligrammban határozták meg, ez kb. egy teáskanálnyi mennyiség. Az átlagember, nagyjából másfélszeres mennyiségét fogyasztja ennek. A sok pozitív hatása mellett, vigyáznunk kell vele, mert a túlzott bevitel komoly betegségeket, tüneteket okozhat.

Izomgörcs: az izmok működéséhez elengedhetetlen a nátrium-kálium egyensúly, ha ez felborul, akkor az fájdalomhoz, izomgörcshöz vezet.

Folyamatos fejfájás: a sóban lévő nátriumnak vízmegkötő hatása van, ha sok sót viszunk be, akkor az megnöveli a vér tömegét. Ehhez az erek nem tudnak megfelelően alkalmazkodni, kitágulni, így kialakul a magas vérnyomás, ami nem szűnő fejfájást okoz.

Kognitív hanyatlás: a vér magas sótartalma károsítja az agyhoz vezető artériákat. Ennek következménye, hogy romlik a memória, a gondolkodás nehézkessé válik, ezért a napi tevékenységek, a reakcióidő lassul.

Romló fogak, sajtó csontok: a túlzott nátriumot nem tudja a vese kiüríteni a szervezetből, így a kalcium mennyisége is csökken a szervezetben, ez pedig fogszuvasodást, fájó csontokat, csonttritkulást okozhat.

A vizelet színe megváltozik: a sok só nagy munkára készíti a szervezetet, így gyakrabban kell mosdóba menni. Ilyen esetben vízszínű átlátszó a vizelet, viszont lehet, hogy sötétebb színű, sárgás, sűrűbb lesz, akkor a szervezet számára hasznos anyagok is távoznak a szervezetből.

Túlzott szomjúságérzet: több folyadékot igényel a szervezet túlzott sófogyasztás esetén ahhoz, hogy az izmok jól tudjanak működni.

Duzzanat: már reggel duzzadtak a végtagok vagy a szem környéke, ez azt jelenti, hogy a szervezetben sok só halmozódott fel. A szervezet több vizet kezd raktározni a szövetek közötti terekbe, ez okozza az ödéma megjelenését.

Mit is érdemes kerülni a leginkább?

A gyorséttermek ételeit, a kenyérféléket, a kész pizzákat és szendvicseket, a zacskós leveseket, a felvágottakat, sós nassolnivalókat.

Készételeknél érdemes megnézni a tápanyagösszetételt, érdemes úgy választani, hogy a nátrium százalékos aránya 5%-nál kevesebb legyen.

Különböző fűszerekkel, gyógynövényekkel is lehet helyettesíteni a sót, ezáltal még ízletesebb is lesz az ételünk. Friss kakukkfű, oregánó, bazsalikom, majoránna, kapor, menta, ánizs, mustármag, curry, római kömény, szegfűbors, fahéj, kurkuma, gyömbér, citromfű, borsfélék.

Jó ízt adhat az ételünknek még egy csepp ecet, citrom, lime vagy narancslé, a sajtok és a hagyma is.

Peszter Zsuzsanna védőnő



MANUFACTURING | ENGINEERING | TESTING

ÁLLÁSHIRDETÉS

Keramix Hungary Kft.

Lemezmegmunkálással foglalkozó cég martonvásárhelyi telephelyére új kollégát keres.

Fémegmunkálásban, hegesztésben, lakatos munkában szerzett tapasztalat, Martonvásárhoz közeli lakhely előnyt jelent!

Fémipari végzettség szintén előny, de nem feltétel.

Elvárások: önálló, precíz munkavégzés.

További információ kérhető a +36-70/285-7023-as telefonon vagy a keramix@keramix.hu e-mail-címen.



A kardfogú tigristől az emberismeretig

Sohonyai Edit író Ráckeresztúron

A székesfehérvári kötődésű író, Sohonyai Edit nemrég a Ráckeresztúri Petőfi Sándor Általános Iskolában találkozott diákokkal, akik a Kamaszvilág című foglalkozáson vehettek részt.

Az Informatikai és Könyvtári Szövetség meglepetéssel készült azoknak a könyvtáraknak/iskoláknak, amelyek az elmúlt években a legeredményesebb játszótársak voltak a Legyél te is kölyökolvasó! irodalmi játékban. A ráckeresztúri könyvtárlátogató gyerekek (a jelenlegi 5., 6. és 8.



osztályosok) is díjat nyertek pár évvel ezelőtt, így most újabb ajándékot kaptak: Sohonyai Edit író érkezett hozzájuk vendégségbe.

Ezúttal azonban nem klasszikus író-olvasó találkozóra került sor, hanem a fiatalok emberismeretből, a nonverbális kommunikációból kaptak ízelítőt. Sohonyai Edit kötetei elérhetők a megye településeinek könyvtáraiban, ám az olvasmányélményeken túl szerzett tapasztalatok olykor sokkal maradandóbbak. Az író rendkívül impulzív

személyiség, bármilyen összetételű hallgatóság figyelmét képes lekötni, nincs gondja a fegyelmezéssel, a renitensnek mondott gyerekek megnyilvánulásait is képes kezelni. Ráckeresztúron a „rettegett” nyolcadik és a Kölyökolvasó versenyen edződött hatodik osztály vett részt a programon. Sohonyai Edit gyorsan megtalálta a hangot a diákokkal, és felhívta a figyelmüket arra, hogy évezre-des jelrendszert alkalmazunk a mindennapokban. A hallgatóság néhány tagját bevonva előadásába megismertette a gyerekeket azzal, miért is fontos a test jelzéseire figyelni, miért nem szabad csak a szavaknak hinni. Az író talán nem sejtett színészi képességeiről is tanúbizonyságot tett, főként akkor, amikor bemutatta, hogyan sétálgatnak a plázákban csuklójukat villantva, hajukat tekergetve egyes lányok...

Sohonyai Edit elvarázsolta a közönséget. A felső tagozatos diákok – akik aktívan részt vettek/vesznek a Kölyökolvasó játékban – nagy figyelemmel követték az író mondandóját, örömmel kapcsolódtak be a szituációs játékokba. Például abba, hogy miként fogja meg egy fiú egy általa kedvelt lány kezét. Mindez nem is olyan egyszerű, mint a gyakorlatban kiderült. Aki nem hiszi, járjon utána...

GÁ

Író-olvasó találkozó

Április 26-án ellátogatott iskolánkba Sohonyai Edit írónő. Biztosan nem voltam vele egyedül, mikor azt gondoltam, kapunk egy negyvenöt perces szónoklatot arról, hogy miről ír, és miért érdemes nekünk, kamaszoknak ezeket elolvasni. Aztán egy kellemes csalódásban lehetett részünk, mivel mindezt már az előadás első öt percében megcáfolta.

A beszélgetésünk az emberi testbeszédre és annak elemzésére épült. Kiderült, hogy a tartása rengeteg mindent elárul az emberről, és az is, természetes, ösztönös cselekvéseink több millió évre nyúlnak vissza.

Az írónő nagyon közvetlen és humoros volt. Minket is bevont, pár dolgot segítségünkkel szemléltetett.

Nagyon tetszett, hogy nem próbált katonás rendet tartani, és nem akadt meg esetleg egy-egy szón, ami nem kifejezetten oda illő volt.

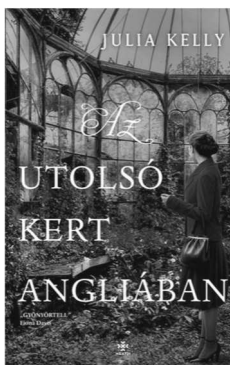
Egyetlen dolgot tudnék mondani, ami nem tetszett annyira. Mégpedig azt, hogy csak egy tanórányi időnk volt. A téma nagyon érdekes volt, és épp ezért gondolom, hogy még egy óra simán belefért volna.

Sörös Míra



Új könyvek a könyvtárban

Kepler, L.: Tükörember
 Follett, K.: Soha
 Natsukawa, S.: Rintaró és a könyvek útvesztője
 Yrsa, S.: A baba
 Moyes, J.: Mielőtt megismertelek;
 Miután elvesztettelek
 Flatland, H.: Egy modern család
 Tokarczuk, O.: Nyughatatlanok
 Osman, R.: A férfi, aki kétszer halt meg
 Innes, S.: A gondolatok kertje; A rosszkezdő olyan, mint egy felhő
 Santos, J. R.: Az auschwitzi mágus
 Kelly, J.: Az utolsó kert Angliában
 Sampson, F.: Az utolsó könyvtár
 King, S.: Billy Summers
 Hayes, M. C.: Boldogságútlevél; Nyugalomútlevél
 George, N.: Déli fények
 Harrison, M.: Egy leheletnyi boszorkányság
 Christie, A.: Életem
 Mitchell, S.: Elveszett levelek
 Jakovleva, J.: Jön a vadász, meglátja
 Mayer, A.: Medvék
 Teller, J.: Gyere



Húsvéti kvíz

A márciusi Ráckeresztúri Hírmondóban meghirdetett húsvéti kvíz két nyertese Izsó Jánosné és Miklós Katalin.

Szeretettel gratulálunk.

Köszönjük minden játékosnak a részvételt! A nyermény a könyvtárban vehető át nyitvatartási időben. ■

www.vmk.hu
www.fejerkszr.hu

A könyvtár nyitvatartási rendje

hétfő: 15.00–18.00
 keddi: zárva
 szerda: 10.00–14.00
 csütörtök: zárva
 péntek: 8.00–12.00
 szombat: zárva
 vasárnap: zárva



IRÁNY A KÖNYVTÁR!

Történelmi fantasy

Régen olvastam igazán jó történelmi regényt, ami elsősorban az ifjakkak szól, ezért kíváncsian vettem kézbe Nógrádi Gergely kötetét, ami a Brunar-sorozat első darabja. *A Mirrén titka* címet viselő kötet a magyar történelem egyik igencsak izgalmas korszakába kalauzolja az olvasót: II. András király kerül hatalomra, akinek felesége német, és ténykedését, a sajátjait helyzetbe és pozícióba hozó intézkedéseit nem nézik jó szemmel az ország nemes urai. Mondanom sem kell talán, hogy némi képp meglepett a szokatlan témaválasztás, hiszen mindezt – persze nem feltétlen a tizenéves korosztálynak – Katona József már megírta. Az persze becsülendő célkitűzés, hogy ezt a történelmi korszakot a fiatalokhoz szeretné közelebb hozni a szerző, s talán rávilágítani a magyar történelem egy korántsem egyértelmű korszakára. [...]

Nógrádi igyekszik a történelmi eseményeket a fantasy műfajával ötvözni, ám úgy érzem, ez kevésbé szerencsés, és nem is túlságosan átgondolt az egész. Jön a rideg arcú Ardon gróf, aki „pusztán a szerencsés véletlennek köszönheti nemesi címét és Mortinfarn várát, nem pedig vitézi dicsőségének” (7–8.). Majd érkezik Bánk nagyúr, aki mindig elérzékenyül, ha a kisfia a nyakába kapaszkodik, és „olykor büszke volt felesége hamvasságára” (37.). Megtudjuk azt is, hogy Melinda rajongva szerette férjét: „Bánk gazdag volt, okos és előkelő, Melinda mégsem emiatt rajongott érte. Rajongva szerette, mert a vitéz igazságos volt. Rajongva szerette, mert tiszteletteljesen és megértően viselkedett és beszélt az emberekkel, vagyontól, rangtól függetlenül. Rajongva szerette, mert mindenki szerette.” (37–38.) Majd egyszer csak megjelennek a mókárok és a dormonok, akik tanácskozássra gyűlnek össze. Húsz vén mókár és húsz vén dormon – ők alkotják a Tükörszekstát, ők vigyázzák a Mirrén titkát, ami egy tükör, és természetesen a jövőbe lát (és nem mellesleg a Pilis erdeiben rejtézik). Sokak elméjében felmerül a vágy, hogy legalább egyszer beletekintsenek, megtudván, mit hoz a jövő...

Igy tesz Brunar is, aki várhatóan a sorozat központi alakja lesz. Brunar Bánk feleségét, Melindát kíséri haza Bajótra, amikor a férj éppen az ellenkező irányba nyargal. Később pedig szinte mindig felbukkan sorsfordító helyzetekben. Konstancia királynét és haldokló gyermekét kíséri Bécsbe. A kis Lászlónak meséli a marcona katona, hogy a Mirrén a táltosok sírjából eltűnt tükör, ami a Tükörbarlangban található, ám „bősz törpeszerzetek védik az idegenektől” (216.).

A kötet nagy részében a korabeli viszonyok ábrázolását találjuk, többek között azt, hogyan helyezik Imrét (III. Béla és Antiókhiai Anna fiát) örök nyugalomra, s hogyan koronázzák meg az ifjú, alig ötéves Lászlót (Imre és Aragóniai Konstancia királyné fiát), aki csekély időt tölt királyként, ugyanis a koronázást követően nem sokkal ő is meghal; s rövid életét is megzavarják a család körüli intrikák, főként Gertrúd mesterkedései. Félelmetes látni, hogy ő mennyire befolyásolja férjét, aki jobbára csak báb a felesége kezében. [...]

(Nógrádi Gergely: *Brunar. A Mirrén titka*, Menő Könyvek, Budapest, 2021, 448 oldal, 4490 Ft)

GA

(A teljes írás elolvasható a www.barkaonline.hu oldalon.)



Gyors ebédek-vacsorák dolgos hétköznapokra

Nőként, családayként vagy háziasszonyként sokszor komoly fejtörést okoz, hogy mi kerüljön egy teljesen hétköznapi vacsora-kor az asztalra, ami mindenki meglegedettségére szolgál, nem kell óráig a tűzhely felett állnunk, és a kicsiknek, nagyoknak, kamaszoknak is ízlik. Az is szempont, hogy ne legyen gyorsétel, amit csak bekapunk, de nem igazán táplál, nincs benne az egészségünket is fenntartó vitamin, ásványi anyagok, megfelelő rostbevitel, fehérje, jó zsírok. Szóval nem egyszerű a feladat, ha ráadásul még a költségvetés is számít. Néhány tipp, fortély talán hasznos lehet.

Amit nem érdemes ma már üldözni, a félkész ételek, mirelit, konzervek. Nagyon nagy segítség, ha van otthon néhány alapanyag, amihez mindig nyúlhatunk, és némi kreativitással, átgondoltsággal akár egészen új ízeket is lehet előadni. Nálam mindig van a polcon bab-, hámozott paradicsom-, passzírozott paradicsom-, kukorica-, gomba-konzerv. A fagyasztoóban sem kell sokáig turkálni, hogy találjak borsót, zöldbabot, mexikói mixet és halrudakat, virslit. És persze jégkrémet, de az most nem tartozik a tárgyhoz. A kamrapolcon pedig rizs, spagetti, egyéb száraztészta várják sorsuk beteljesedését.

Az egyik kedvenc szupergyors vacsoránk a chilis bab. Ha van hozzá füstölt szalonna, akkor azt aprítsunk alá, pirítsuk át a hagymával, borítsunk rá egy-egy bab- és kukoricakonzervet, miután lecsöpögtettük őket. Erre megy a passzírozott paradicsom, a fűszerek: piros paprika, csípős chili szósz, majoránna, kömény és két kocka étcsokoládé. Nem fog kiérződni, de határozottan jól tesz az ízének. Az elkészítési idő nagyjából húsz perc, kenyérral tunkolva igen kiadós, laktató. A csípősség természetesen attól függ, kinek szánjuk. A végén enyhíthető a vadsága egy kanál tejjel.

A legnagyobb aduász nálunk a spagetti. Nem lehet mellőlőni vele, mert valamilyen egyszerű feltéttel, szósszal mindenki szereti. Az olaszok igazán nem bonyolítják túl, fokhagyma kicsi olívaolajon megfuttatva, ebbe megy a kifőtt spagetti, rá némi frissen őrölt bors, parmezánreszelék. Ha ennél tartalmasabbat szeretnénk, akkor a fagyasztott borsót is elővehetjük, párolás után ez is mehet a tészta, pici tejszínt is lötyinthetünk rá. Vagy a konzerv

gomba, még jobb esetben friss gomba átpirítva is nagyon jól tesz az ízeknek, és kissé tartalmasabb lesz a tészta-vacsora.

Nem kell magunkat szégyellnünk akkor sem, ha félkész ételeket is bevetünk egy-egy igazán kimerítő nap után. A halrudakat vagy a félkész panírozott zöldségeket, húsokat mire a sütőben kisütjük, kész is egy rizibizi, amibe zöldborsó, petrezselyemzöld is mehet, mellé pedig pillanat alatt össze lehet dobni egy szósz, az otthon lévő majonéz, mustár, ketchup elegyből, apróra vágott savanyú uborkával, reszelt fokhagymával, lilahagymával, lazításként pedig joghurt vagy tejföl illik hozzá. Ha ezekkel találjuk a bolti félkész termékeket, sokkal ízletesebb, kevésbé unalmas, házias ízeket tudunk feladni a vacsoraasztalra.

Gyors vacsora-ebéd a tojás, minden formában, de ha valami komolyabb, laktatóbb ételt szeretnénk belőle alkotni, akkor jöhet a frittata. A felvert tojásokat (személyenként két darab) felverjük, olajat hevítünk, erre megy a hagyma, paprika, gomba, borsó, paradicsom, cukkini, padlizsán, esetleg maradék főtt krumpli, kissé átpirítjuk a zöldségeket, erre öntjük a tojásokat. Amikor a serpenyőben az alja már megszilárdul a tojásnak, berakjuk a sütőbe, de előtte a tojáslepényt még felturbózzuk fetasajttal, mozzarellaival, friss bazsalikommal, esetleg virslivel, sült hússal, szalonnával. Nagyon jól mutat rajta a zöld spárga, ami gyakorlatilag ugyanúgy működik, mint a zsenge zöldborsó. Mikor már a sajt megolvad, és a tojáslepény is színt kap, kivesszük, szép tányérra csúsztatjuk, és mindenki kap egy emberes szeletet, friss salátával vagy csak egy szelet kenyérral igazán laktató, tartalmas ételt kapunk.

Ne féljünk használni a konzerveket, készételeket, némi odafigyeléssel, friss hozzávalókkal, kiegészítőkkal igazán gyorsan és praktikusán lehet velük dolgozni. Aztán hétvégén meg ünnepekkor kitehetünk magunkért, és jöhetnek az ételköltmények meg a sokfogásos lakomák. De ahogy a régi filmben mondták: nem kell mindig kaviár!

Katona Anita

A kép forrása: sobors.hu



„TRABANTON SZÁLLNI ÉLVEZET”

Milyen típusú autó látható a képen?

Beküldési határidő: 2022. június 5.

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

A 2022. áprilisi fejtörő megfejtése: *Volga*. Tizennyolc hibátlan megfejtés érkezett, a három szerencsés nyertes: **Kovács Klára, Sós István, Varga Csaba Sándor (Csurgó)**. A nyermény a könyvtárban vehető át nyitvatartási időben. Minden megfejtőnek szeretettel gratulálunk!



SZAMURAJ 07
ŐRZŐ-VÉDŐ
TÁRSASÁG

TELJES KÖRŰ VAGYONVÉDELEM A NAP 24 ÓRÁJÁBAN:

Biztonsági szolgálat • Recepció, Portaszolgálat
Területvédelem, biztosítás • Rendezvénybiztosítás
Személyvédelem • Távfelügyelet
Magánnyomozás

2440 Százhalombatta, Damjanich u. 29.

Tel./Fax: (00-24 h-ig): 06-23-358-723

Mobil: 06-30-9817-396

www.szamuraj07.hu

E-mail: szamuraj07@freemail.hu, info@szamuraj07.hu

Szancsovill Kft.

Szántó Gábor

Konténeres hulladékszállítás

+36 (20) 428 8867



- Építési, bontási törmelék
- Vegyes- és zöldhulladék
- 4m3 - 6m3 - 8m3 - 10m3
- Martonvásár 40km-es körzetében
- www.szancsovillkft.hu

Gondolatébresztő...

„A csoda észrevétlenül lép az életedbe. Hét-köznapi, közönséges, szürke pillanatnak álcázza magát. És csak sok év múlva döbbsz rá, hogy igen, ez csoda volt! Észre sem vetted!”

(Müller Péter)

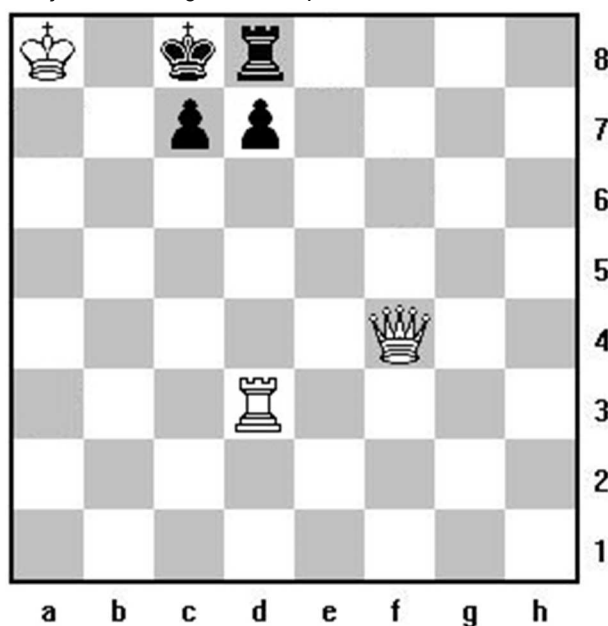


Sakk diákolimpia

SAKK-SAROK

A gyermek és ifjúsági sakkozók egyik legrangosabb megmérettetése a diákolimpia. A verseny hivatalos célja az utánpótlás-nevelés, a kiválasztás lehetőségeinek bővítése és a sakk sportág iskolai népszerűsítése. És nem mellékesen korcsoportonként és nemeként eldönteni a tanév „Magyarország Sakk Diákolimpia bajnoka” egyéni és csapat címeket és helyezéseket. További motivációt jelent, hogy a felsőoktatási felvételi eljárás során az országos döntőn elért legalább 3. helyezetteknek jár tíz többletpont. Idén járási egyesületünk a MartonVál SC két növendéke is kiemelkedően szerepelt a diákolimpián. Tóth Kolos bejutott a Dunaújvárosban tartott megyei döntőbe, és ott a nagyon erős mezőnyben 12. helyen végzett. Körtélyesi Richárd pedig tovább is jutott az országos döntőbe. A bajnoki címeket eldöntő versenyt Szolnokon rendezik május 27. és 29. között. A környék gyermekeinek és ifjúsági játékosainak a tanév zárásaként lesz lehetőségük még egy versenyre. Június 11-én 9:00 és 13:00 között a martonvásári Brunszvik-Beethoven Kulturális Központba várjuk a gyerekeket egy jó hangulatú sakkozásra, ahol még oklevelet, érmet és kupát is lehet nyerni. A hivatalos versenykiírás elérhető a honlapunkon (martonvalsakk.hu).

Folytatódik feladványfejtő játékunk. Ebben az állásban kétlépéses matt lehetősége rejlik. Az első lépést nehéz megtalálni. A második már adja magát. Hogyan fejezheti be a játszmát világos kettő lépésben?



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

Bakacs János MartonVál SC

Oszlopcsere Ráckeresztúr határában

Bizonyára Ráckeresztúr lakossága is felfigyelt a falu határában tavaly őszi tevékenykedő hatalmas gépekre, darukra, melyek munkája nyomán elbontják az óriás, magasfeszültségű oszlopokat, hogy vadonatújat emeljenek a helyükre. Egy kicsit szeretnénk volna jobban megismerni ennek a nem könnyű munkának a folyamatait, ezért engedélyt



kértünk a kivitelező cég vezetőjétől, hogy munkatársukkal interjút készíthessünk. Miután zöld utat kaptunk, a polgármesteri hivatal tárgyalójában ültünk le beszélgetni Kopasz Sándorral, az MVM XPert Zrt. Távvezetési Projektkivitelezési Osztályának építésvezetőjével.

– Honnan hova tart ez a vezeték, melyen a munkálatok folynak itt, a falu határában, és miért van erre szükség?

– Ez a Martonvásár és Perkáta között húzódó, 400 kV-os vezeték, melynek a ráckeresztúri szakasza 11 kilométer hosszú. Megváltoztak az időjárási körülmények, egyre több és erősebb a vihar, ezért megszigorították és az EU-s normákkal összhangba hozták azt a szabványt, melynek alapján tervezik ezeket a távvezetéseket. Nagyon sok helyen ki kell cserélni az oszlopokat, mert javításuk igencsak nehézkes.

– Milyen előkészítést igényel egy-egy oszlop cseréje?

– Ezeknek az oszlopoknak – melyeket a ráckeresztúri határban használunk – négy lábuk van, ezek úgynevezett osztott lábú, „Katica” típusú oszlopok. Ezek alá 90-100 m³ alap kerül, átlagban három méter mélyen, attól függően, hogy a tervező mit határoz meg, figyelembe véve a talajviszonyokat, melyet megelőző egy talajmechanikai vizsgálat. A tartóoszlopoknak 10-11 tonna a tömegük, a feszítőoszlopok – melyeken vízszintesen helyezkednek el a szigetelők – 13-20-25 tonna tömegűek, 40-45 méter magasak, 300-400 méter távolságra vannak egymástól. Átlagban egy-egy oszlopnak 4-5 tonna tömeget kell elviselnie.

– A Ráckeresztúr határában húzódó vezetékhálózat, milyen szerepet játszik Magyarország elektromos rendszerében?

– Tulajdonképpen Paksot köti össze Martonvásárral. Perkátán épült egy transzformátorállomás, amilyen Martonvásáron is van a 7-es számú főút mellett, Tárnok felé. Az előbbi Dunaújváros térségének az ellátásáért felel, míg a martonvásári tovább ágazik Győr, Albertirsa és Litér irányába. Ez a hazai rendszerirányító MAVIR számára egy komoly csomópont.

– A csapat tagjainak, akik ezeken a munkálatokon dolgoznak, milyen tulajdonságokkal, képzettségekkel kell rendelkezniük?

– Villanszerelő, hálózatszerelő végzettségű munkatársakat szívesen látunk, de a legfontosabb, hogy 40-50 méter magasságban kibiztosítva, mindkét kezét használva tudjanak dolgozni. Ezt nem sokan bírják. Az alapozás építőipari munka, az oszlop-szerelés sem akkora kihívás, de a vezetékhúzás próbára teszi az embereket. Az ország minden részéből jönnek hozzánk dolgozni, és akit érdekel ez a munka, várjuk szeretettel.

– Maga az oszlop hány darabban érkezik a helyszínre?

– Az oszlop alkatrészei kötegelve kerülnek ki a helyszínre. Nyolc-tíz kötegből áll egy oszlop, és minden köteghez tartozik egy A3-as méretű rajz, ami alapján összeszereljük ezeket az oszlopokat. Egy gyakorlott csapatnak ez kb. két napot vesz igénybe. A talajszinten kerül összeszerelésre, utána 80-100 tonnás darukkal állítjuk fel, van úgy, hogy egyben, van, hogy több részben, ekkor építésről beszélünk.

– Hogyan történik a vezetékhúzás?

– Amikor teljesen új távvezeték épül, a tartóoszlopokra felkerülnek a szigetelőláncok, azokon van egy kerék, és ezen keresztül kihúzzunk egy előkötelet, aminek az eleje lehet műanyag vagy könnyű acélkötél. Ha az előkötél teljesen ki van húzva, akkor összetoldjuk a vezetékekkel. Az előkötelet traktorral húzzuk, magát a vezetéket pedig csörlőgéppel, mert itt már négy-öt tonnáról beszélünk. Amikor a vezeték a helyén van, akkor tartóláncokkal beszabályozzuk hőmérsékletre, hogy mennyi legyen a belógása. Amikor mindez megvan, a kerekeket le kell szednünk, majd kap egy megfogást a vezeték, amit krepnizésnek nevezünk. Itt három vezeték van egymás mellett, ezek közé távtartó léceket szerelünk, hogy a szél ne tudja összefújni.

– Csak saját gépekkel dolgoznak?

– A csörlőgépek, amik speciálisak, nem kaphatók kereskedelmi forgalomban, azok saját gépeink, ahogy a száztonnás daruk is, de az emelőkosaras járművek, szállítójárművek, földmunkagépek általában bérlemények.

– Történt az építés során nem várt esemény?

– Sajnos Lászlópuszta térségében illetéktelenek megbontottak egy oszlopot, és tíz-tizenöt vasalkatrészt eltulajdonítottak. Ezt kollégáink bontott anyagból pótolták, mert ha nagyobb szélvihar jön, a kiszertelt alkatrészek miatt az oszlop labilissá válik, és akár ki is dőlhet. Hatalmas felelőtlenség hozzájárulni!

– A földtulajdonosokkal hogyan rendezik a kárt, ami a mezőgazdasági területen végzett munkából adódik?

– Próbáljuk úgy beosztani a munkát, és akkor bemenni a területre, amikor a lehető legkisebb kárt okozzuk, ám minket is köt az országos terv, amikor feszültségmentesíteni tudnak egy adott vezetékszakaszt. Ehhez szigorúan tartani kell magunkat. Minden tulajdonost felkeresünk, és az okozott kárt megtérítjük.

Tavaly őszi azt láttuk, hogy egy oszlop eltűnik, és kis idő múlva új emelkedik a helyébe. Bele sem gondoltunk, hogy ez a munka milyen komoly előkészületeket, szervezést, tervezést igényel, a technikai háttérrel és az emberi tényezőről nem is beszélve. Ezúton is köszönöm az MVM XPert vezetőinek, hogy lehetővé tették, hogy munkatársuk bemutassa, hogyan épül fel egy új vezetékszakasz, Kopasz Sándor építésvezetőnek pedig, hogy készséggel válaszolt kérdéseimre.

Dienes Gábor



RÁCKERESZTÚRI HÍRMONDÓ • Ráckeresztúr Község Önkormányzatának lapja • X. 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