

RÁCKERESZTÚRI HÍRMONDÓ

Ráckeresztúr Község Önkormányzatának lapja

2024. október

A gombákról

A közhiedelemmel ellentétben a gombák nem tartoznak a növények közé, hanem a növényekkel és az állatokkal egyenrangú, különálló élőlénycsoportot alkotnak. Származástani szempontból a gombák közelebbi rokonságban állnak az állatokkal, mint a növényekkel. A Földön az ismert gombafajok száma százezer körül van, de feltételezik, hogy a még ismeretlen fajok ennek három-négyszeresét is kitehetik. Magyarországon a nagygombafajok számát három-négyezerre becsülik, ami nagyjából duplája a nálunk élő növényfajoknak.

A gombák csodálatos élőlények. Vanak közöttük természetes és mesterséges hulladékanyagokat lebontók, paraziták és más élőlényekkel szimbiózisban élők, okozhatnak betegségeket, mérgezéseket, de gyógyhatású anyagokat is termelhetnek.

Nemcsak a természetben vannak jelen mindenütt (a levegőben, a talajban, a vízekben és az élőlények testében), hanem mindennapi életünkben is fontos szerepet töltenek be, úgy mint közvetlen táplálékként, vagy gondoljunk csak a kenyér, a bor, a sör és a kefir előállításában nélkülözhetetlen élesztőkre, esetleg a sajtokat érlelő és az antibiotikumokat termelő penészgombákra.

Ma ötvennyolc gombafaj védett hazánkban, köztük a csoportos csiperke, az őzlábgalóca, a lemezes pöfeteg, a ráncos tárcsagomba, a bundás álszarvasgomba, a réti pikkelyespereszke, a süngomba, a fekete szagosgereben, a tönkös kacsagomba és a krómsárga galambgomba.

(Forrás: gombanet.hu)



Megalakult a képviselő-testület

Szüreti képriport

Egy éve működik a Pipacs Alkotókör

Belsőmosoly – Lovaglás a szavakon

Új rovat: Erdőzúgás

KERESZTÚRI KISOKOS – FONTOS CÍMEK, TELEFONSZÁMOK**Szent Kereszt Gyógyszertár**

(Hősök tere 4/5.; ☎25/455-812)

Nyitva: hétfő–péntek 8.00–18.00

Gyógyszertári ügyelet

okt. 19., 20.: Martonvásár ☎06-22/569-146

okt. 23., 26., 27.: Ráckeresztúr

nov. 1., 2., 3.: Ercsi ☎06-25/505-790

nov. 9., 10.: Martonvásár

nov. 16., 17.: Ráckeresztúr

nov. 23., 24.: Ercsi

nov. 30., dec. 1.: Martonvásár

Az ügyelet 8.00–22.00 óra között érhető el minden ügyeletes gyógyszertárban.

Egészségház

(Petőfi Sándor u. 7.; ☎25/455-804)

I. háziorvosi körzet: dr. Mihalicza Ingrid

☎06-20/852-0350

Asszisztens: Németh Éva

II. háziorvosi körzet: dr. Kasziba Lilla

☎06-20/852-0350

Asszisztens: Tasi Tamásné Csilla

Az októberi rendelési idő a Rendelő Ráckeresztúr facebook-oldalon olvasható!**Vérvétel (bejárat az udvar felől)****Időpont-egyeztetés szükséges!****Fogorvos – dr. Jenei-Kálmán Andrea, dr. Burkus András**

☎06-20/389-0278

hétfő, kedd, csütörtök: 14.00–20.00 (dr. Burkus András)

szerda: 8.00–14.00 (dr. Jenei-Kálmán Andrea)

péntek: 8.00–14.00 – dentálhigiénia (Kiss Györgyi)

Fogorvosi ügyelet: 06-20/250-8583

Védőnői szolgálat**I. körzet: Peszter Zsuzsanna**

☎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**Az orvosi ügyeleti ellátást 2024. február 1-jétől az Országos Mentőszolgálat látja el.**Egységes ügyeleti telefonszám:
1830**RÁCKERESZTÚR KÖZSÉG ÖNKORMÁNYZATA**

(2465 Ráckeresztúr, Hősök tere 20., telefon: 06-25/517-900, 06-25/517-902; e-mail: racker.ph@rackeresztur.hu)

Polgármester: dr. Szentés-Mabda Katalin Dóra (06-20/239-7255)
polgarmester@rackeresztur.hu**Szabadsága idején a polgármester helyettese:** Dienes Gábor alpolgármester (06-20/514-4816); Szabó József alpolgármester (06-70/324-6467)**Jegyző:** dr. Nagy Gábor (06-25/517-902) jegyzo@rackeresztur.hu**Képviselők:** Dienes Gábor alpolgármester (gdienes76@gmail.com)

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

Radócz Barna (06-30/608-8284) radoczbarni@gmail.com

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

Szabó József alpolgármester (szbjozsef@freemail.hu)

Szakolci Gréta (06-30/513-1633) szakolcigreta@gmail.com

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 – Kossuth Lajos utca 19.**

Ügyintéző: Bokorné Illyés Ibolya

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

A ráckeresztúri temető reggel 7 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.

Család- és Gyermejköltségi szolgálat: hétfő: 9.30–10.00; szerda: 9.30–10.30

Halápi Melinda családsegítő szakember – telefon: 06-20/852-0334

Telefonos Készenléti Szolgálat (éjjel-nappal hívható): 06-20/376-2808**RÁCKERESZTÚRI PETŐFI SÁNDOR ÁLTALÁNOS ISKOLA (2465 Ráckeresztúr, Hősök tere 4.)**

Telefon/fax: 06-25/455-806

E-mail: alsosuli@rackeresztur.hu; honlap: <http://rackersuli.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 9 óráig: 06-20/852-0332**Fejér Vármegyei Pedagógiai Szakszolgálat Martonvásári Tagintézménye**

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

Telefon: +36 (22) 796 175; +36 (30) 302 3453**E-mail:** martonvasar@fejermepsz.hu; **Honlap:** www.fejermepsz.hu**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, Gondi Géza 06-30/868-2293**MVM Next Energiakereskedelmi Zrt. (mvmnext.hu)****Hibabejelentő (áram): 06-80/533-533**E-mail-cím: ugyfelszolgalat@mvm.hu Mobilapplikáció: MVM Next

Telefonos ügyfélszolgálat: +36-20/474-9999; +36-30/474-9999;

+36-70/474-9999; +36-1/474-9999

Levelezési cím: MVM Next Energiakereskedelmi Zrt., 1439 Budapest, Pf. 700

**MENTŐK: 104****RENDŐRSÉG: 107****TŰZOLTÓK: 105****SEGÉLYHÍVÁS: 112**

Örömhír

Mint arról már hírt adtunk, rendhagyó módon a 2024. május 9-én átadott utcák felújítására kiírt közbeszerzési eljáráson a legkedvezőbb ajánlat 18 millió forinttal kevesebb volt, mint a megítélt támogatási összeg. A település önkormányzatának tervei szerint – a Magyar Államkincstár kedvező döntése esetén – a fennmaradó 18 millió forintból további két helyszínt (Eötvös József utca, Szent János tér) vonunk be a projektbe.

Október elején megérkezett az értesítés a Magyar Államkincstártól: a pályázatban megtakarításként jelentkező összegre beadott kiegészítő kérelmünket jóváhagyták! Ennek tárgya az aszfaltburkolat felújítása a Vajda János utca és a Budai utca között, illetve a Gárdonyi utca összekötése a Szent János téren át a 6204-es számú főúttal.

Jóslatokba nem bocsátkoznék, hogy mikorra készül majd el, mert az egybeszámítási kötelezettség és az uniós forrás miatt erre az összegre is le kell folytatni a közbeszerzést, de a lehetőség már adott, ami újabb előrelépés lesz a településnek.

Dr. Szentés-Mabda Katalin Dóra
polgármester



Kerítésfestés

Szép, új iskolánk kerítésének a festése október 7-én befejeződött.

Ráckeresztúr Önkormányzatának felhívására a Mákvirág táncegyüttes és a Kótafa együttes vállalta a munkát. Önkormányzatunk biztosította a szükséges anyagokat (drótkefe, rozsdavidó, ecsetek, festékek stb.). A két csapat, kiegészülve több önkéntessel, végezte a terület tisztítását, rozsdátlanítását. Az esők miatt elhúzódó festést csak több részletben sikerült befejezni. De megérte! A két fajta szín váltakozva mezőnként, kellemes összképet mutat. Sikerült a gázfogadó ajtaját is lefesteni.

Jó csapattal eredményes munkát végeztünk. A jelszó a régi: Együtt, közösen!

Ráckeresztúr Község Önkormányzata

Tisztelt Olvasók, kedves Ráckeresztúriak!

Szerkesztői levél

Októberben sokkal korábban sötétedik, az ember hajlamos a bezárkózásra. Holott a természet ilyenkor ölti magára a legszebb színeket. A fákat szemlélve a vörös, barna, sárga, zöld megannyi árnyalatát fedezhetjük föl, és jó a lehullott levelek között keresgélni, netán azokból valami szépet alkotni. Az alkotás öröme ugyanis hozzájárul a lelki egészséghez.

Jól tudják ezt az egyéves születésnapját ünneplő Pipacs Alkotókör megálmódói és tagjai, akik rajzolnak, horgolnak, selyemfestéssel kísérleteznek, de ami a legfontosabb, szabadjára engedik kreativitásukat, és szinte észrevétlenül fejlesztik koncentrációjukat, finommotorikus készségeiket s nem utolsósorban memóriájukat, érzelmi intelligenciájukat is. A mostani lapszámban Jankovics Tünde számol be az eddig végzett munkáról, a következő Hírmondóban pedig részletesebben is olvashatnak majd az alkotókör céljairól, a Kása Renáta által két évtized alatt kifejlesztett módszerről, a Smart Art 4 You komplex kreatív művészeti, fejlesztő programról, és reményeim szerint új rovat is indul Pipacsok néven.

Új rovat az Erdőzúgás is, aminek elnevezését a vadász-író Széchenyi Zsigmond gondolata ihlette: „A vadászat vadúzás és erdőzúgás, de több erdőzúgás.” Ezentúl az erdő- és vadgazdálkodásról kaphatnak majd értékes információkat olvasóink Kovács János vadászmasternek köszönhetően, aki a Zöld Erdő Vadászársaság tagja, és mindent tud az erőről.

A Belsőmosoly rovatban továbbra is a mindennapjainkat megkönnyítő tanácsokat olvashatnak Pál Judittól, aki példákkal illusztrálva mutatja be, hogy nem érdemes lovagolni a szavakon, hanem érdemes kimondani is, nem csak érezni, amit valójában gondolunk, érzünk. Néha hasznosabb és hatékonyabb lelassítani a gondolatainkat, mint fölcsettanni és azonnal támadni. Érdemes elgondolkodni azon, hogy miként használjuk a szavakat, és hogy valóban odafigyelünk-e arra, mit mond a másik, valóban értjük-e, amit közölni szeretne. Látszólag apróság mindez, mégis jelentősen megváltoztathatja emberi kapcsolataink minőségét. S ha ez sikerül, a beszéd nem lesz félreértések forrása.

Gajdó Ágnes

Tisztelt Lakosság!

Ezúton értesítjük Önöket, hogy 2024. október 8-án a labdarúgópályán felújítás/füvesítés vette kezdetét, az MLSZ által kiírt és a Ráckeresztúri Sportkör Egyesület által elnyert pályázati forrásból. Emiatt a sporttelep október 27-ig zárva tart, nem használható.

A pályázat eredményes megvalósítása és a minőségi pálya kialakítása érdekében kérjük szíves együttműködésüket. Megértésüket köszönjük!

Tisztelettel:

Pintér László Zsolt elnök



Szépkorúak ünnepén

Ahogy minden évben, így idén is megünnepeltük szépkorú lakóinkat idősek napja alkalmából.

Alkalmához illően feldíszített teremben, welcome drinkkel, üdítővel és sós süteménnyel megterített asztalokkal fogadtuk falunk örök fiataljait. Volt, aki régi ismerősével sétál-



va, volt, aki kerékpárral vagy éppen a Polgárórség segítségével érkezett a rendezvényre. Vendégeink vidám hangulatban, kíváncsian várták fellépőinket.

Jakab Cintiát, akinek gyerekkora óta a színpad az élete. 2017-ben a Pest megye hangja énekverseny döntőse volt, 2019-ben a szolnoki táncdalfesztiválon bejutott a legjobbak közé. Poór Péter közismert táncdalénekesünk egykori növendéke. Cintia sok műfajban otthon érzi magát, legyen az táncdal, operett, mulatós. A Zenebutik TV csatorna állandó művésze, aki a tavalyi évben meghívást kapott Olaszországba, ahol két napig szórakoztatta a nézőket, és hatalmas sikert aratott műsora.



Fellépőtársa Sánta Zsolt volt, aki huszonhárom éve van a pályán, ezen idő alatt műfajokat váltott, de egyvalami nem változott: a közönség iránt érzett szeretete és tisztelete. 2019-ben ezüstkoszorút kapott. 2017-től a Duna Televízió „Jó ebédhez szól a nóta” című műsorának állandó szereplője, felvételei a Dankó Rádió is hallhatók.

A közel kétórás műsor alatt, melyben hallhattunk operettet, örökzöldet, mulatóst, fergeteges hangulat alakult ki. Voltak, akik bátran vállalták Cintia felkérését egy-egy tánc erejéig, vagy Zsolt elénekelt bókja-in mosolyogtak. Nem feledjük a közös énekléseket, az egész estére kiterjedő tapsviharokat. A legmeghatóbb dolgot, amikor szinte minden vendég felállt, és körben táncolva ünnepeltek



együtt az énekesekkel. Az előadás végén együtt daloltuk a „Nem csak a 20 éveseké a világ” című sláger.

Öröm volt látni, hogy ha csak pár órára is, vidámságot, jókedvet és szeretetet adhattunk. Az ünnepség zárásaként egy szelet süteménnyel vendégeltük meg szépkorú lakóinkat, amit immár hagyományként a polgármesteri hivatal dolgozói és a képviselő-testület jelen lévő tagjai szolgáltak fel.

Köszönjük szépen Jedzinák Ádámnak, a Fesztfood Ráckeresztúrnak, a Bilics Cukrászdnak, Petró Edinának, az Oázis Italdiszkontnak, az önkormányzat dolgozóinak, a Falugondnokságon és a közfoglalkoztatásban dolgozóknak és nem utolsósorban a Polgárórségnek, hogy segítségükkel hozzájárultak a rendezvény színvonalas lebonyolításához.

Lisziné Hunyadi Hajnalka

MOSOLY HÍREK

Őszelő az oviban

Idén is részt vettünk „Mozdulj együtt a klímáért!” kampányban. A kampány során öt napon keresztül igyekeztünk játékos, színes, érdekes és tartalmas játékokban megvalósuló élményeket biztosítani, amelyek beépültek a tervezett őszi zöldségek és gyümölcsök témahetekbe is. Változatos eszközökkel és módszerekkel dolgoztuk fel a mobilitás adta lehetőségeket. A csoportok hosszabb, rövidebb sétát tettek az óvoda környékén, gyakorolhatták a biztonságos gyalogos közlekedés szabályait.

IX. „Játsszunk Mindannyian” – Óvodánk már hetedik éve vesz részt ezen az országos programon. Programok, feladatok: 1. helyszín: mezítlábas parkban séta; 2. helyszín: célba dobás; 3. helyszín: foci gyerekeknek és szülőknek, iskolásoknak; 4. helyszín: kötélhúzás; 5. helyszín: kooperációs ejtőernyőzés; 6. helyszín: taktikai rácsos (létrás) ügyességi játékok. Az óvodások, az iskolások és a szülők ügyességi játékokban próbálhatták ki magukat: mezítlábas sétában, célba dobásban,

fociban, kötelethúzásban és ejtőernyőzésben.

Köszönjük mindenki részvételét! Szeptember 24.: A magyar népmese napja alkalmából a Gézengúz

együttes látogatott el hozzánk. A kiskakas gyémánt félkrajcárja című mese vidám, szórakoztató, interaktív előadást láthatunk tőlük. A gyerekek szerepjátékok során színes jelmezbe bújnak, s közben észrevétlenül tanulják a hétköznapi életben megjelenő emberi játszmákat, szerepeket.



Gáborné Kutasi Katalin igazgató

Megalakult a képviselő-testület

Ráckeresztúr újonnan választott képviselő-testülete 2024. október 9-én tartotta alakuló ülését. A testület Szabó József és Dienes Gábor képviselőket alpolgármesterré megválasztotta.

Polgármesteri programomban Kemény Zsigmondot idéztem: „Kitűnővé egy szerencsés perc által is válhatunk; hasznos emberré a fáradságos évek tesznek.”

Nincs jutalom munka nélkül, siker kockázat és erőfeszítés nélkül. A választási győzelem megtiszteltetés,

de még csak a fent említett „szerencsés perc”, ami viszont arra kötelez, hogy a lehető legjobb tudásunk és lelkiismeretünk szerint, felelősségteljes megbízatásként végezzük a munkánkat. Nemcsak első lendületből, hanem a fáradságos éveken át is. Mert ez tesz minket a közösség számára valóban hasznos emberré.

Én így dolgozom polgármesterként immár tizenkét éve, szeretnék tovább dolgozni az elkövetkezendő öt évben, és ezt várom el képviselőtársaimtól is. A mi munkánk jutalma nem köszönet vagy az egyéni dicsőség, hanem az, hogy a választók által ránk bízott feladatot elvégezhettük.

Ebben a szellemben kívánok eredményes munkát a megalakult testületnek!

Dr. Szentes-Mabda Katalin Dóra polgármester



Peták Norbert, Szabó Dávid, Szabó József, dr. Szentes-Mabda Katalin Dóra, Dienes Gábor, Szakolci Gréta, Radócz Barna

Friss hírek, információk: www.rackeresztur.hu



Facebook: Ráckeresztúr Község Önkormányzat hivatalos oldala

Placc Party 2024 – Köszönetnyilvánítás



Ahogy tavaly ígértük, idén is megrendeztük Placc Party néven nyárbúcsúztató diszkonkat. Idén már az új iskola és a tornaterem közötti tér lett a „placc”, ahol egy igazán színvonalas, jókedvű, mulatós, táncoló, szórakoztató este kerekedett szeptember 6-án.

Kezdeként Zsuzsi bohóc lufihajtogatással és zenés animációs műsorral várta a gyerekeket, majd Sihell Ferry csalta a táncparketre az idősebbeket is mulatós számaival. Kupi Gerda vezetésével a baracscai zumbás lányok tartottak rögtönzött táncoktatást nagy sikerrel. Az este hangulatfelelőse Jedzinák Ádám (DJ Palace) volt, Müller Attila szaxofonozott, Rózsa István a hangtechnikában segített. Fergeteges bulit rendeztek a lelkes közönségnek. Jedzinákné dr. Szép Fanni konferálta hozzáértően a műsorokat egész nap.

Akik nélkül nem jöhetett volna létre ez a csodás este:

- A Fesztfood Büfé, akik a fellépőknek, a biztonsági szolgálatnak és a polgárőröknek is biztosították felajánlásuként az ételt, italt.
- A rendezvénysátrat Császár Roland polgármester és Kajászó Község Önkormányzata bocsátotta rendelkezésünkre.
- A biztonságért a Perzekútor Kft. felelt, akiket a Ráckeresztúri Polgárőrség önkéntesei segítettek.
- Községi szolgálatos diákok (Peszeki Bálint, Szegedi Beatrix, Bereznai Kira) osztották a karszalagokat a beléptetésnél.
- Az önkormányzati dolgozók, Lakatos Zoltán és Rádi Imre feladata volt a sátor felállítása, elbontása. A padok-asztalok rendezvény előtti felpakolása és a rendezvény utáni elpakolása, a takarítás Bokorné Illyés Ibolya, Ofella Katalin, Lázárné Vadász Szilvia, Béni Istvánné és Juhász Dezsőné feladata volt, míg Süveges Józsefné Rózsa és Béni Ibolya voltak egész este szolgálatban (pakolás, takarítás).
- Bakos Krisztián végezte önkéntes munkában a villanszerelést.
- A polgármesteri hivatal dolgozói: Molnár Nóra, Csesztreginé Osztafin Ilma és



Kiháriné Leiczinger Éva keze munkáját dicsérte a dekoráció.

- A rendezvényt Lisziné Hunyadi Hajnalka koordinálta.

Köszönjük szépen mindenkinek, jövőre újra Placc Party!



Dr. Szentes-Mabda Katalin Dóra polgármester



Meghívó

A RÁCKERESZTÚRI MOSOLY ÓVODA KÖZÖSSÉGE ÉS
A SZÜLŐI MUNKAKÖZÖSSÉG SZERVEZÉSÉBEN

TISZTELETTEL ÉS
SZERETETTEL MEGHÍVJA ÖNT ÉS KEDVES CSALÁDJÁT
2024. NOVEMBER 16-ÁN SZOMBATON 19:00 ÓRÁTÓL

TARTANDÓ

Katalin napi bálra

**HELYSZÍN: HŐSÖK TERE 4.
TORNACSARNOK**

Programok:

19:00 A BÁL MEGNYITÓJA

19:10 NYITÓTÁNC

ÓVODÁSOKKAL

19:20 ISKOLÁSOK TÁNCA

19:30 B-COOL DANCE

TEAM SE BEMUTATÓJA

20:00 VACSORA

21:00 MEGLEPETÉS TÁNC

23:00 TOMBOLA

A ZENÉT A GRAY-DOVE ZENEKAR SZOLGÁLTATJA

A JEGYEK KORLÁTOZOTT PÉLDÁNSZÁMBAN IGÉNYELHETŐK
A RÁCKERESZTÚRI MOSOLY ÓVODA TITKÁRSÁGÁN,
POLLÁK CSILLÁNÁL A RÁCKERESZTÚRI PETŐFI SÁNDOR ÁLTALÁNOS ISKOLÁBAN,
GAJDÓNÉ PANNINÁL A PAPÍRBOLTBAN.





**SZÜRETI
FELVONULÁS
2024. OKTÓBER 5.**





A rajzszakkör résztvevői elismerő oklevelet kaptak a tanév végén

keretében. Egy lelkes kis csapat találkozott kéthetente azért, hogy együtt alkosson egy örömteli, elismerő közegben, ahol mindenki egyéni szintjének megfelelően bontakoztathatja ki kreatív képességeit, és a saját ütemében haladhat a fejlődésben. A szakkörösök alkotásaiból a tanév végén kiállítást szerveztünk, amely megtekinthető volt két héten keresztül az iskola aulájában.

A rajzoláson kívül horgolásra és selyemfestésre is összejöttünk az alkotókörben az elmúlt év során. A horgolás szakkörön a gyerekek az alapok elsajátításán túl megtanultak horgolt állatkákat készíteni, de a legbátrabbak vállalkodó és táskák horgolásába is belevágtak. A vállalkodóhorgolás workshopon gyermekek és nagymamáik korosztálya együtt alkotott. A selyemfestésre elsősorban a felnőttek voltak nyitottak, amely technikával kendőket, mandalákat és képeket festettünk.

A szakkörösök számára a nyár sem múlt el közös tevékenység nélkül. Többségük részt vett az első nyári alkotótáborunkon, amelyet családi körülmények között tartottunk meg. Egy lelkes kis csapat egész héten át elköteleződött a kreatív alkotómunka és a jókedv mellett. A gyerekek lelkesedése, kitartása, nyitottsága, kreativitása eredményeként sok-sok csodás rajz és horgolmány jöhetett létre a táborban. Jó érzés volt látni, hogy mekkora örömmel választották újra meg újra az alkotást a szabad játék lehetősége mellett is. A táborban barátságok köttetnek, illetve mélyültek el, örültünk egymás sikerének, megpihentünk, kirándulást tettünk a martonvásári kastélyparkban, és nem utolsósorban elismerésben részesültünk mindannyian. Az ifjabbak közül többen első táborozóként voltak jelen, mások akkor csatlakoztak első ízben az alkotókör munkájához.



Első nyári táborunk résztvevői

És igen, átmentettük a lelkesedést az új tanévre is! Mindenki folytatja a rajzszakkört, és többen csatlakoztak hozzánk, akik ebben a tanévben kezdték meg velünk a munkát. Mivel mindenki a kreativitásának egyéni szintjén csatlakozik be a folyamatba, és a saját tempójában halad, fejlődik, ezért ebben a tanévben biztosítjuk a folyamatos csatlakozási lehetőséget a szakkörhöz. Itt hangsúlyozzuk újra, hogy a szakkör nem csupán a rajzolásról szól, hanem ezen túlmenően az egyéni képességek és a kreativitás kibontakoztatásáról egy, a realisztikus rajzoláson keresztül megvalósuló folyamatban. Kása Renáta és az általa létrehozott Smart Art 4 You program bemutatására egy hosszabb lélegzetű cikk keretében kerül majd sor, amelyet a következő lapszámban olvashatnak.

Köszönjük a szakköreinken részt vevő gyermekeknek és szüleiknek, valamint az alkotó felnőtteknek is a bizalmát, lelkesedését és a mindennemű támogatását, amely az alkotókör munkáját segíti, valamint iskolánk vezetésének, hogy helyet biztosít a tevékenységeinknek.

Az alkotókör munkájáról a továbbiakban rendszeresen beszámolunk majd a Hírmondóban, bemutatjuk az alkotásokat is, hogy együtt csodálhassuk meg őket és büszke alkotóikat!

Egy éve működik a Pipacs Alkotókör

Immár egy éve, hogy megkezdte működését a Pipacs Alkotókör, amely azzal a szándékkal jött létre, hogy teret adjon a kreativitásnak és az alkotás öröme közös megélésének. Az alkotókör szakköreinek, tematikus workshopjainak a Ráckeresztúri Petőfi Sándor Általános Iskola ad ugyan otthont, de azok nyitottak nemcsak az iskoláskorú gyermekek, hanem minden korosztály számára.

Az elmúlt tanévben Kása Renáta vezetésével komplex realisztikus rajzoktatás indult útjára szakköri tevékenység



A horgolás szakkör résztvevőinek elismerése

Jankovics Tünde

ÚTRAVALÓ ÜZENET

„Mi magunk is alkotások vagyunk, érdekesebbek, mint a saját műveink.”

(Konrád György)



Programokban gazdag szeptember

Ezúton köszönjük a Dunaújvárosi Tankerületi Központnak, Kalamán Ferencné Tankerületi Igazgató Asszonynak támogatását, hogy megszépülhettek hófehér falaink. Köszönöm a festmények készítőjének, Misurda Ágnesnek munkáját.

Sport, digitalizáció és hagyományörzés pedagógiájának megújulása a 21. században címmel településünk iskolája és óvodája pedagógusai számára közös belső továbbképzést tartottunk az együttműködés és megújulás jegyében az óvodában.

Emellett a testre szabható online oktatási és vizsgarendszer (EDUBASE) megismerése címmel és Excel ismeretek címmel belső, intézményi továbbképzés szerveztünk pedagógusaink számára. Előadónk kollégánk, Tapoti Rita volt, aki megismertette az Excel és az Edubase rendszer előnyeit, felhasználási lehetőségeit.

Rendben lezajlottak a tanév eleji szülői értekezletek és a szülői munkaközösségi gyűlés. Hálásan megköszöntük Bendák-né Halász Mária-nak több évtizedes munkaközösség-vezetői munkáját. Az új SZM Kovácsné Nagy Nikolettát választotta meg vezetőjének. Gratulálunk. Sok közös és sikereken gazdag munkát kívánunk neki.

2024 szeptemberétől elindult iskolánkban a Forrás Néptánc-együttes tagjai által vezetett néptáncfoglalkozás és a B-Cool Dance Team Sportegyesület. Várják még a jelentkezéseket.

Újra indult a Pipacs Alkotókör. Szeretettel várják a gyerekeket és a felnőtteket!

Tájékoztattuk a kedves Szülőket, hogy lehetett igényelni az 5. évfolyamos diákok számára iskolai laptopot.

Kísérletezős kedvében volt a 6. évfolyam természetismeret órán. A vulkánt készítette Nikolics Ramira, Czuppon-Takács Máté és Silye Dorián.

Elindult iskolánkban újdonságként a gyermekkultúra szakkör, amelyben diákjaink izgalmas történetekkel ismerkedhetnek meg,



dolgoznak föl játékos, kreatív formában.

A helyi értékek megismeréséhez kapcsolódó verseny is zajlik az iskolában az osztályok között. A feladatok interneten keresztül oldhatók meg, nagytesó vagy szülői segítséggel. Akinek van kedve, oldjon meg a gyerkőccel párat.

A Helyi Értéktárhoz kapcsolódó feladatok elérhetőek számítógépről, tabletről és telefonról is a redmenta.com oldalon. A direktcíme (honlapunkon elérhető) beírásával regisztráció nélkül megnyithatók.

Meghirdettük a „Millió lépés iskoládért” programot, amelyre várjuk diákjaink és szülők, rokonok, ismerősök regisztrációját a program appjába. Éljenek egészségesebben! Támogassák lépéseikkel intézményünket!

Lezajlott a Mobilitás hete: gazdag programjaik segítették a környezettudatos közlekedést megvalósítani a hétköznapi életben: biciklitúra, gyalogtúra, községismereti séta... kimozdulás. E hét keretében az 5. a és 7. a osztályok a Velencei-tóhoz látogattak tömegközlekedéssel. Köszönjük Egresi Mónika meghívását, amelynek keretében diákjaink lángost és nutellás palacsintát ehettek.

Szeptemberben ismét iskolánkban jártak az ovisok. Endrődi Noémi testnevelő kollégánk játékos kördezésre hívta meg a kicsiket és az óvónőket. Ez a bemutató óra folytatása volt a nyáron megkezdett óvodai belső továbbképzésnek.

A XI. Játésszunk mindannyian! világnaphoz kapcsolódó Országos Játéknapi programjaiba kapcsolódott be iskolánk 2024. szeptember 26-án, partnerünkhöz, a Ráckeresztúri Mosoly Óvodához. Részt vettek rajta az első évfolyamos tanulóink. Köszönjük az óvodavezetés figyelmességét és szervező munkáját.

Iskolánkban ettől az évtől újra elindult a Komplex Alapprogram. A művészetoktatási alprogram megvalósul a napközis fog-



lalkozásokon a Komplex Alapprogram (KAP) keretében. – A 2. b osztályban matematika és összevont napközis foglalkozáson a logika alprogram egy órájáról kaptunk hírt. Feladatuk a szorzást előkészítő matematikai csoportos játék logikai rudakkal volt. Rajzórán az őszi színek, vonalvezetés, szabadkézi rajz, önálló elképzelések kaptak helyet. Ismerkedtek diákjaink az olaj pasztellel. Saját kiállítást terveznek a tanteremben és a folyosón.

A 4. b osztálynál rajzórán DFHT-KIP, művészeti alprogram órát tartott Rozgonyi Evelin tanító. A spájzzal ismerkedtek meg, és a spájzban lévő befőttekkel, savanyúságokkal, szörpökkel, ivólevelekkel és a stelázsival is.

Szeptember utolsó hetében a végzős osztály a zánkai Erzsébet-tábor gazdag és értékes programjainak részese lehetett. A Mobilitás hetében bekapcsolódtak a Zánkán lévő is: szabadidős foglalkozásokon vesznek részt, tollasoztak, csocsóztak, pingpongoztak, és megismerkednek a taqballal is.

Az Európai és a Magyar Sporthét keretein belül a héten többek között bicikliztünk Ráckeresztúr utcáin, ahol megnéztük a település távolabbi helyei értékeit is.

Nagy hangsúlyt fektettünk a mozgásra. Testnevelés órákon kördezéses formában dolgoztunk, ahol a koordináció és labda-érezkefejlesztést 4 pályán is gyakorolták a gyerekek, továbbá pingpongoztak és tollasoztak is.

Ezen a héten a mozgásé volt a főszerep. Az Európai Diáksport Hete idén a hagyományörzésre és a kapcsolatok ápolására fektetett nagy hangsúlyt. Nálunk alsós és felsős tanítványaink is lelkesen készültek a szüreti felvonulásra. Elsős diákjaink ellátogattak az óvodába, ahol a Játésszunk együtt! programnak köszönhetően sokszínű játékokban volt részük. Testnevelés órákon kicsik és nagyok együtt vármétáztak.

Mobilitás hetünk zárásaként és az Európai Diáksport Napja alkalmából Iváncsán vettünk részt egy szuper sportvetélkedőn. Köszönjük szépen a meghívást, visszavárjuk őket hozzánk.

Iskolánk évek óta a Sulizsák Program keretein belül részt vesz a ruhaújításban. Nagyon szép számban gyűltek a zsákok, amit a kijelölt napon elszállítottak. Ókoiskolaként büszkék vagyunk, hogy ismét mitegy 1900 kg (1898 kg) ruhát sikerült gőncölnünk. Köszönjük.

A magyar népmese napja alkalmából Drozdikné Tündi bábfoglalkozást tartott az 5. a osztálynak drámaórán. A gyerekek a kapott bábokkal saját ötlet alapján báboltak, egy páros pedig a Kö-



levés című magyar népmesét játszotta el. A 4. a osztályosok közösen adták elő saját, kitalált meséjüket, ami két szegény gyerekről szólt, akiket nyulakká varázsolta a gonosz boszorkány, de a jó tündér és a varázsserejű erdei állatok segítségével végül hazajutottak a szülői házba.

Gyermekeink számára gazdag programválasztékkal elindult a szeptember. Mindenki találhatott kedvére való játékokot, feladatot. Köszönöm kollégáim helyállását és munkáját.

Minden kedves olvasónknak jó, aktív és kellemes időtöltést kívánok a következő hónapra!

Fux István igazgató



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, ebéddő 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.



SPECIAL
DUGULÁSELHÁRÍTÁS
06 70 775 5190

DUGULÁSELHÁRÍTÁS

KISS RICHÁRD egyéni vállalkozó

Az alábbi szolgáltatásokat felelősségteljesen vállalom:

- WC, MOSOGATÓ, MOSDÓ, PADLÓÖSSZE-FOLYÓ, ZUHANYTÁLCA, KÁD, PISZOÁR, ALAP-VEZETÉK, STRANG VEZETÉK STB. DUGULÁSELHÁRÍTÁSA
- MAGASNYOMÁSÚ CSATORNA TISZTÍTÁSA
- CSATORNA-KARBANTARTÁS
- KAMERÁS CSŐVIZSGÁLAT

Telefon: 06-70/775-5190

E-mail: info@spdugulaselharitas.hu

SPDUGULASELHARITAS.HU

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.

SZAMURÁJ 07
ÖRZŐ-VÉDŐ
TÁRSASÁG

TELJES KÖRŰ
VAGYONVÉDELEM A
NAP 24 ÓRÁJÁBAN

- Biztonsági szolgálat - Portaszolgálat
- Területvédelem - Rendezvénybiztosítás
- Személyvédelem - Távfelügyelet
- Járőrszolgálat - Recepció

Elérhetőségek:

2440 Százhalombatta, Damjanich utca 29.
06 23 358 723, 06 30 9817 396
www.szamuraj07.hu, szamuraj07@gmail.com

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:

06-70/384-8268

Nyitva: hétfőtől vasárnapig: 8-16

Erre csörög a dió

„Erre csörög a dió, arra meg a mogoró,
mogoróbokron, diófán, mókusfütyös domb alján.”

A dió története egészen a Selyemútig vezethető vissza, ugyanis vannak leírások arról, hogy már a Selyemúton is kereskedtek vele. Ebben az időben uralkodói eledelnek számított, és csak a kiváltságosok juthattak hozzá.

Jó néhány európai kultúrában a termékenység szimbóluma, a kínai orvoslás a vese, a tüdő működésének serkentésére használja. Az indiai ajurvédikus orvoslásban bőrgyógyászati problémák kezelésére is alkalmazzák.

Szerteágazó felhasználási módjai vannak, termését megesszik, olajat sajtolnak belőle, a diófa levelét, illetve kérgét is használják, maga a fa pedig kiváló bútoralapanyag.

Miben tudja segíteni a dió az egészségünk megőrzését?

Nagyon gazdag antioxidánsokban, sok az E-vitamin-, a melatonin- és a polifenol-tartalma, ami az LDL, azaz a „rossz koleszterin” szintjét csökkenteni tudja; szuper jó omega-3-forrás; támogatja az agyműködést, kismamáknak is hasznos: segíti a magzat fejlődését, csökkenti a koraszülés előfordulásának esélyét. A csecsemőknél szerepe van a megfelelő látásélesség és szellemi fejlődés kialakításában.

Gyulladáscsökkentő hatású; segít a magas vérnyomás csökkentésében; óvja a bélrendszert; segíti az éhség- és a testsúlyszabályozást; segíthet a 2-es típusú cukorbetegség kezelésében, valamint csökkenti a kialakulásának kockázatát; csökkentheti egyes rákos megbetegedések kockázatát; megőrzi a prosztatata egészségét; támogatja a férfiak reprodukív egészségét.

A dió tápanyagtartalma

A dió az egyik legkiválóbb fehérjeforrás. Fehérjetartalma magasabb, mint a húsoké, illetve a tojásé, ezért kiváló a vegetáriánusok számára. B1-, B2-, B6-, C- és E-vitaminban gazdag, emellett magas a magnézium tartalma, ami stresszes időszakokban – például vizsgaidőszakban, munkahelyi stressz esetén – sokat segíthet.

Naponta legalább 30 gramm diót érdemes fogyasztani, ezért ennek a mennyiségnek nézték meg a tápanyagtartalmát: 185 kalória, 2,5 g egyszerűen telítetlen zsírsav, 1,7 g telített zsírsav, 4,3 g fehérje, 3,9 g szénhidrát, 1,9 g rost, 0,7 g cukor.

30 g dió elfogyasztásával fedezzük a napi ajánlott kalciumszükséglet akár 3%-át, a vasszükséglet akár 10%-át, a káliumszükséglet 5%-át, a magnéziumszükséglet akár 14%-át, a folsavszükséglet 7%-át.

Nyáron zöld terméséből befőttet, savanyúságot vagy likőrt készítenek az ínycsevek, érdemes megkóstolni, ha ilyenrel találkozunk.

A dió nagyszerű sűtialapanyag, a karácsonyi sütemények kihagyhatatlan hozzávalójaként tartjuk számon. Megpirítva,

barack- vagy szilvalekvárral, csokival, mazsolával remek nassolnivalóként szolgálhat, de saláták, levesek feltétjeként is fogyaszthatjuk. Aszalt gyümölcsökkel, reszelt almával, zabpehellyel keverve tökéletes edzés előtti, éhségűző energiagolyókat kreálhatunk belőle.

Mézzel keverve csökkentheti a köhögést, ami ebben az őszi időszakban remek természetes gyógymódként szolgálhat.

Érdemes néhány szóban megemlíteni a **dióolaj jótékony hatását is:**

- kiválóan alkalmazható bőrfelületek regenerálására;
- idegrendszeri problémák kezelésére;
- agyserkentő;
- az egyik leghatékonyabb természetes gyógyír a vértisztításra;
- gyulladáscsökkentő;
- gyorsan helyrehozza az égési sebeket;
- rugalmassá teszi a bőrt;
- rántalanító;
- hidratáló hatása van.



Az olajokat belsőleg reggel, éhgyomorral érdemes elfogyasztani.

A dió minden része hasznosítható, így a diófa levele is. Külsőleg és belsőleg is alkalmazható. Baktérium-, valamint gombaölő hatása van, viszont csak az egészséges szép zöld leveleket lehet használni, mert amint már barnulni, sárgulni kezd, azt már nem ajánlott. Árnyékos helyen meg kell szárítani, majd összemorzsolni, és

száraz hűvös helyen tárolva nagyon sokáig eláll. Kúraszerűen leforrázva külsőleg is és belsőleg is alkalmazható.

Sajnos sokan nem tudják a dió adta előnyöket élvezni, hiszen dióérzékenység, allergia miatt nem fogyaszthatják.

A leggyakoribb allergiás tünetek: kiütések; hányinger, hányás; csiklandozó, égető, bizsergető érzés a szájban és az ajkakon; hasmenés; asztmás rohamok; anafilaxiás rohamok (bőr és nyálkahártyák nagyfokú duzzadása/vizenyője, vérnyomásesés, keringészavar, nehézlégzés, általános rosszullét, halálfélelem, oxigénhiány, eszméletvesztés).

A diófák akár százötven évig is elélnek, így egy diófa ültetése mindig hosszú távra szól.

Az őszi időszak kedves családi, baráti élménye lehet a diótörés, diópucolás, ami ugyan sokáig eltarthat, de cserébe igazi kincset rejtenek a barna héjak.

Peszter Zsuzsanna védőnő

Gondolatébresztő...

„Boldogok, akik észreveszik a diófában a bölcsőt, az asztalt és a koporsót és mindháromban a diófát, mert nemcsak néznek, hanem látnak is.”



(Gyökössy Endre)

BELSŐMOSOLY Lovaglás a szavakon

Mindennapi kapcsolatainkban számtalan konfliktus, félreértés, elszalasztott lehetőség, bántás vagy sértés ered abból, hogy egyértelműnek vesszük, tisztán értjük, mit mondott a másik. Elvégre egyikünk sem fogyatékos, egy nyelvet beszélünk – és már reagálunk is arra, amit hallottunk. Vagy valami egészen másra...



Létezik egy kommunikációs technika, amelyet gyakran alkalmaznak a párterápiában, de életünk más területein is nagyon hasznos lehet. Gyakorlatilag ezt használják a segítő foglalkozásúak a klienseikkel, és ez volna minden emberi kommunikáció alapja: a valódi figyelem egyik kifejezése.

A lényege röviden, hogy az egyik fél mond valamit a másiknak. Egy egyszerű, egyes szám első személyű, kijelentő mondatban közli egy érzését, gondolatát, megfigyelését, akármit. A másik pedig anélkül, hogy értelmezné magában ezt a kijelentést, kommentálná valahogy, esetleg reagálna rá, pusztán megismétli a saját szavaival a hallottakat, és visszaigazolást kér, hogy jól értette-e.

Nem hangzik túl bonyolultnak. Mégis, amennyire egyszerű a képlete, gyakran annyira nehezen tudjuk megvalósítani. Megszoktuk, hogy ha hallunk valamit, azt az agyunk észrevétlenül lefordítja magának, hozzákeveri személyes tapasztalatainkat, érzéseinket, előfeltevéseinket és ezer más összetevőt, és a válaszuk – talán automatikusan, gondolkodás nélkül – pillanatok alatt meg is születik. Ez a fajta visszajelzés, visszakeresés (hivatalos nevén: tükrözés) egyrészt fel sem merül bennünk, másrészt ha tudunk is róla, és direkt, tudatosan akarjuk gyakorolni, eleinte igencsak mesterkéltnek tűnhet, ráadásul jócskán lelassítja a beszélgetést.

Ugyanakkor nagyon sok félreértés, konfliktus, egymás mellett elbeszélés kiküszöbölhető vele. Sok felnőtt férfi és nő a gyakorlat során élte meg először életében azt, hogy úgy érezte, megértették, és a másik valóban azt hallotta, amit ő mondani akart... Mert általában természetesnek vesszük, hogy akikkel egy nyelvet beszélünk, azoknak értjük a szavait, nem kell magyarázni a jelentéseket, körbeírni dolgokat; elég, ha mond valamit, mi meg válaszolunk rá.

Ha például azt mondom: „szék”, mindenki előtt megjelenik egy ülőalkalmatosság. Tudjuk, mire való, mit jelent a szék. De hogy kinek milyen színű, formájú, stílusú szék jelenik meg lelki szemei előtt, pláne hogy milyen élmények kapcsolódnak hozzá, milyen érzelmi töltetek fogják még árnyalni azt a székot, az annyiféle lesz, ahányan elképzeljük. És ez még csak egy nagyon hétköznapi tárgy.

Ha azt mondom: „Láttam egy pókot”, az bennem valamilyen élményhez fog kapcsolódni. Ha – a megszokott beszélgetési forgatókönyv szerint – erre a hallgató nem kérdez rá, a saját élményei, érzései, tapasztalatai szerint fog reagálni. Mondhatja például ujjongva, hogy: „Tényleg? Hol? De jó neked!”, mert neki éppen ez a kedvenc állata, és szenvedélyesen gyűjti őket. Vagy mondhatja azt is, hogy „A fenébe, már megint

nem takarítottam ki rendesen a lakást.” Vagy sok minden mást. De ha én azért préseltem ki a számon ezt a mondatot, mert fóbiam van, rettegek a pókoktól, és még mindig remeg a lábam a két órával ezelőtti látványtól, egyik esetben sem fogom azt megélni, hogy megértettek. Hogy érdemes volt megosztanom valamit a másikkal, hogy figyelt rám, hogy mellettem áll, támogat... És ez még csak egy nagyon hétköznapi pók, és egy nagyon hétköznapi mondat.

Ha a legalapvetőbb dolgok, események is ennyiféleképpen érthetők, képzeljük el, mennyi jelentést hordozhat egy szó, kifejezés, mondat, amikor bonyolult érzelmekről, esetleg számunkra sem beazonosítható érzésekről beszélünk. Ha mindennapi beszélgetéseinkben nem vesszük a fáradságot az alapjelentések megértésére, és válaszainkban azonnal arra reagálunk csak, amit belőlünk előhívna a hallottak, nagy eséllyel adunk teret a félreértéseknek, vagy beszélünk három mondat múlva valami egészen másról, mint amiről eredetileg elkezdtünk.

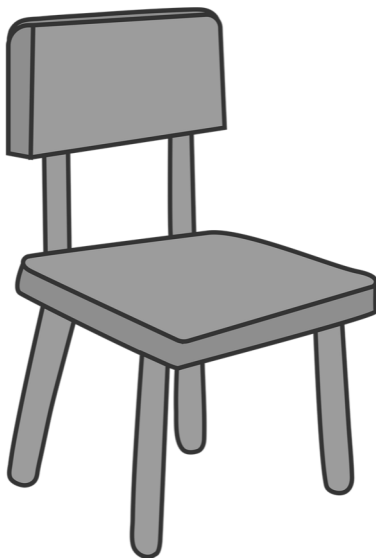
Hogy néz ez ki a fenti gyakorlat tükrében? Mondjuk a párunk/barátunk/barátnónk azt mondja nekünk: „Elkeserített, hogy amikor megpróbáltam elmondani, mi bánt, úgy éreztem, lerázol.” A megszokott kommunikációs sémáink szerint erre azonnal vagy védekezni vagy támadni kezdünk: „Nem is ráztalak le, csak éppen hívtak az irodából / el kellett zárnom a gázt a leves alatt / pisílnem kellett stb.” Vagy: „Te sem hallgattál végig, amikor tegnap el akartam mesélni a napomat”. Vagy: „Ne beszélj hülyeségeket, nagyon is figyeltem rád.” Erre ő kezd támadni vagy védekezni, arra, amit ő hallott (megszorozva azzal, hogy közben újra megélt a meg nem értettséget), és két mondaton belül már repkednek is a tányérok. Pedig eredetileg ő csak annyit akart mondani, hogy több figyelemre volna szüksége tőlünk.

Borzasztó nehéz lelassítani gondolatainkat, zárójelbe tenni magunkat, és reakciók, értelmezések, magyarázkodás, védekezés vagy támadás helyett mindössze az ő szavait tükrözni vissza. A fenti esetben például csak annyit válaszolni: „Rosszul esett neked, hogy amikor a bánatodról akartál beszélni, úgy érezted, nem figyelek eléggé. Jól értem?” Aztán majd ő megmondja, hogy igen vagy nem. Ha nem, pontosíthatunk, amíg végleg azt nem érzi, hogy ez az, ezt akartam mondani. Akármit érzünk is mi magunk az első mondat hallatán – az majd egy következő lépés lesz, amikor szerepet cserélünk. Akkor elmondhatjuk mi is, mit gondolunk az egészről – egyes szám első személyben, nem egy „Ez hülyeség!” felkiáltással befejezve az egész beszélgetést.

Családi, baráti beszélgetésekben, állásinterjúkon, munkahelyen, a legbanálisabb helyzetekben is kifizetődő lehet, ha meg tudjuk ezt tanulni. Először bizonyosan nagyon mesterkéltnek tűnik. A másik talán hülyének is néz, mit nem lehetett érteni azon, amit mondott. Hosszú távon mégis nagyon megkönnyítheti a problémás helyzeteket, ha segítségével minimálisra tudjuk csökkenteni legalább a másik és köztünk fennálló szemantikai különbségeket.

Egyszerűnek hangzó, de rengeteg gyakorlást kívánó feladat ez. Jutalmunk azonban életünk szinte minden területén jelentkezik majd: nemcsak a hatékonyabb kommunikációban, de elmélyülő kapcsolatainkban, emberi találkozásainkban is.

Pál Judit



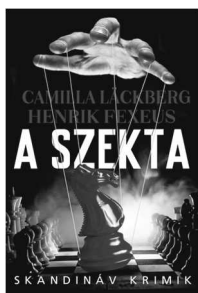
Új könyvek a könyvtárban



Auster, P.: Baumgartner
Auster, P.: Sunset Park
Roberts, N.: Halálos megtorlás
Ankaoua, M.: Soha többé nélkülem
Ewen, P. B.: Émilienne
Sardar, G.: Vidd magaddal, amit csak elbírsz



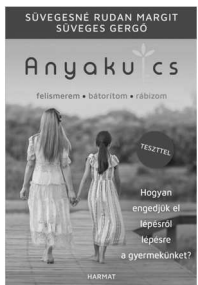
Dexter, C.: Az utolsó woodstocki busz
Knausgard, K. O.: Az öröklét farkasai
Jón Kalman Stefánsson: A mindenséghez mérhető



Nguyen, V. T.: A szimpatizáns
Läckberg, Camilla: A szekta
McBrien, T.: Ötletek könyve
Hadlow, J.: A másik Bennet lány
Hjorth, M.: Mindenkinek megvan a keresztje



Yagi, E.: Kihordott hiány
Grisham, J.: Egy kanál vízben
Gottman, J. M.: Gyerekek érzelmi intelligenciája
Faber, J.: Beszélj úgy, hogy meghallgassa – amikor nem hallgat rád
Barrie, J. M.: Pán Péter



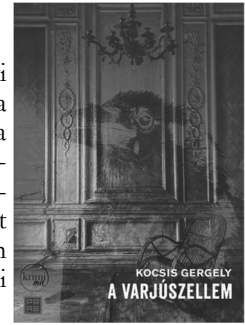
Dosztoevszkij: Bűn és bűnhődés
Szabó Magda: Diana tükre
Kellei György: Gyilkolni bolondulásig
Szlaviczek Judit: Halál Tihanyban
Fábián Janka: Márciusi napló
Kovács Dominik–Kovács Viktor: Lesz majd minden
Szentesi Éva: A mai naphoz nincsenek emlékeim

Gimesi Dóra: Amikor mesélni kezdtek a fák
Mikó Csaba: Kalandok a Balatonon
Erdős Zsuzsanna: Palacsinta éjfélkor
Pásztohy Panka: Pitypang nagyiéknál
Kiss Judit Ágnes: Babaróka vakációja
Turbuly Lilla: Kész cirkusz!
Bendl Vera: Szörnyen szőrös barátság
Wéber Anikó: Álmodó tornyok városa
Dávid Ádám: Doktor Szuri az állatkertben
Vészits Andrea: Agátha és a jegenyenyár
Kertész Edina: A fotográfuslány
Süvegesné Rudan Margit–Süveges Gergő: Anyakulcs – Hogyan engedjük el lépésről lépésre a gyermekünket?

IRÁNY A KÖNYVTÁR!

A sors nagy hamiskártyás

Kocsis Gergely misztikus bűnügyi regénye, *A varjúszelem* feszegeti a műfaj határait, elhajtja Agatha Christie köpönyegét, és a detektív-történetek Ronald Knox megfogalmazta tízparancsolata ellen is vét (mármint hogy mellőzendő minden természetfölötti és természetellen túli erő, dolog), de se baj.



A regénybeli nyomozó, Adler Vilmos sem mindennapi figura. Megjárta az első világháború poklát, meg is sebeült, sajtó válla mindig emlékezteti az átélt borzalmakra, ráadásul poszttraumás stressz szindrómában szenved, rémálmodok gyötrik, olykor verejtékezte, kimerülten ébred. Pálinkával gyógyítja magát (az mindig segít tisztábban gondolkodni – véli), máskor meg úgy gondolja, ha dolgozik, tiszta feje volna szüksége, mégsem tudja megállni, hogy ne igyon. Főnöke Karattyánba, a jelentéktelennek tűnő álmos kis mezővárosba küldi, hogy fényt derítsen egy hétköznapiak tűnő gyilkosságra. Holtan találták ugyanis Vértesy Erzsébetet, egy rettegett és befolyásos államtitkár unokahúgát.

Az 1920-as években járunk, a szerző remekül érzékelteti a városkára jellemző hangulatot és a korabeli viszonyokat, amik például a Három Vízköpőhöz címzett fogadóban várják az oda betérőt; a gázlámpa csekélyke fénye, a jégvirágos ablakok, a kifeküdt, kényelmetlen ágy lapos párnával, nem túl meleg dunyhával. A Karattyáni Hírmondóban a vezetőket dicsőítő propaganda, néhány apróhirdetés, háborús özvegyek keresnek férjet. Az utcákon némaság, mégis mintha mindenhol figyelő tekintetek követnék a detektív útját, aki egyre kiábrándítóbbnak találja Karattyánt, mintha egy bűzös mocsárhoz hasonlítana, „ahol undorító varangyok ülnek korhadó farönkökön, és versenyt brekegnek egymással.” A hivatalos személyek egyáltalán nem segítőkészek, inkább gátolják a munkában, majd főnöke érthetetlen okból visszarendeli Pestre. Adler azonban a saját szakállára folytatja a nyomozást, már csak azért is, mert egyre kacifántosabb fordulatokat vesz az ügy, egyre több a nem várt történés. A gyanúsított a fogdában fölköti magát, a szülők nem túl bőbeszédűek, és elejtett szavaik, félve kimondott kettétört mondataik csak növelik a homályt. Egyedül egy veterán, a nagy háborúból hazatért Somogyi Lajos áll a nyomozó mellé, de ő sem túl nagy meggyőződéssel.

Arról, hogy a varjak miféle szerepet játszanak az események alakulásában, egyáltalán fontos-e a kötet élén olvasható álom, nem írok, ahogyan az iszonyatos gósnnyakok titkát sem fedhetem föl. Annnyit elárulhatok, hogy a klasszikus kriminek induló történet egy ponton teljesen más irányt vesz, és a valóság meg a képzelet összemosódásából sokféle furcsaság születik. Kocsis Gergely első regényében ötvözi a történelmi regényt, a krimet és kicsit a fantasy-t (vagy valami mást, ami misztikus és horrorisztikus egyben), ám némi csiszolatás mindenképp ráfért volna még a szövegre. Helyenként a párbeszédök döcögősek, modorosak, és valahogy a lélekig-csontig hatoló izgalom hiányzik. Abban egyetérthetünk a szerzővel és Adler detektívvel, hogy a sors valóban nagy hamiskártyás, és folyamatosan cinkelt lapokkal játszik...

Gajdó Ágnes

(Az írás megjelent az ÉS 2024. július 19-i számában.)

A könyvtár nyitvatartási rendje



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

ERDŐZUGÁS Az aszály és következményei

Az elmúlt években már megtapasztalhattuk az időjárás változások okozta következményeket, de nem gondoltuk, hogy ez visszatérő, minden évben gondot okozó probléma lesz.

Az elmúlt tavasz és nyár megmutatta, hogy fel kell készülnie mindenkinek a csapadék hiányára, aki mezőgazdasággal vagy állattartással foglalkozik. A mezőgazdaságban szárazságtűrő növényekre van szükség, vagy öntözéses művelésre, ami viszont nem megoldható minden esetben. Az elmúlt években bevált technológiák már nem hatékonyak.



Az állattartás a növénytermesztésben termesztett növényekre épül, így ott is komoly nehézségek merülnek fel a kevesebb termés miatt.

A vadgazdálkodás ki van téve a természeti változásoknak, amihez a körülöttünk élő állatok nem tudnak ilyen gyorsan alkalmazkodni, mint ahogy az időjárás változik. Az elmúlt tavasz is már szárazsággal indult, ráadásul nagy szélviharok is voltak, amik tovább rontották a körülményeket. A vadállatok nehezen jutottak vízhez, a viharok pontosan abban az időszakban voltak, amikor a madarak költési ideje volt, nagyon sok fészket levert a fákról. Az őzek és mezei nyulak még ekkor jól viselték ezt az időt, hiszen ők a vegetációs vízből is fel-

tudnak venni annyit, amire szükségük van. A nyár viszont olyan hőséggel és csapadékhiánnyal telt el, ami már sok esetben megviselte az állatokat.

A Zöld Erdő Vadásztársaság sok itatót üzemeltet az erdőkben és fasorokban, több ezer liter vizet hordtunk ki, de mivel ezek az állatok nagyon helytartóak (territoriális), így nem mindegyiküknek tudtunk vizet biztosítani. A természetes víz a területen nagyon kevés, csak a Szent László-patakban csörgedezett némi víz, de közel állt a kiszáradáshoz sajnos. Az ősz ugyan meghozta az enyhülést és a csapadékot, viszont sok állatnál figyeltünk meg nagyon rossz kondíciót, így félve nézünk a tél elé. A téli etetéshez betároltunk sok takarmányt, és hamarosan feltöltjük a vadetetőket. Az aszály viszont még ebben az esetben is megnehezíti a feladatunkat, mert a megtermelt takarmányokat nagyon meg kell válogatnunk, mivel sok esetben toxinosak. Sajnos a toxin nagyon komoly egészségkárosodást okozhat, és hosszú távú következményei lehetnek.

Nehéz felkészülni a változásokra, de mivel a természet erejével nem lehet szembeszállni, nekünk, embereknek kell alkalmazkodnunk. Vadásztársaságunk is próbál alkalmazkodni a megváltozott körülményekhez, de biztosan sok tapasztalatot kell még szereznünk.

Kovács János Zöld Erdő Vadásztársaság

HULLADÉKSZÁLLÍTÁS

	október	november	december
kommunális hulladék	2., 9., 16., 23., 30.	6., 13., 20., 27.	4., 11., 18., 25.
komposztálható (zöld)	21.	18.	–
újrahasznosítható (szelektív)	14., 28.	11., 25.	9., 23.

**VÍZ-, GÁZ, FŰTÉS-
SZERELÉS
KONVEKTOROK,
KAZÁNOK, BOJLEREK
JAVÍTÁSA, CSERÉJE
SOMODI ZOLTÁN
06-30/211-8190**



FŰSZERFEJTÖRŐ

Törzs: Zárva-termők, csoport: Valódi kétszikűek, rend: Mirtuszvirágúak, nemzetség: Syzygium. E fűszer a 18. századig csak őshazájában, a Maluku-szigeteken termett, és halálbüntetés járt annak, aki ki akarta csempészni. Keserűs, kissé égető, erősen aromás ízt a sok illóolaj adja: ezt a likőriparban és kozmetikai szerek gyártásához is felhasználják; gyakran kombinálják fahéjjal. Melyik ez a fűszer?

Beküldési határidő: 2024. november 6., szerda, éjfélig

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

A 2024. szeptemberi fejtörő megfejtése: fekete bors. Kilenc helyes megfejtés érkezett. A három szerencsés nyertes: **Kovács Klára, Miklós Katalin, Novoth Ferenc**. A nyeremény a könyvtárban vehető át nyitvatartási időben. Minden megfejtőnek szeretettel gratulálunk!



Templombúcsút ünnepeltünk **EGYHÁZKÖZSÉGI HÍREK**

Mi is az a templombúcsú? A templombúcsút általában a templom védőszentjének ünnepén, illetve hivatalos egyházi nyelvhasználattal élve, a templom címének (titulusának) ünnepén tartják. Ez a nap néha egybeesik a templom felszentelésének évfordulójával.

A búcsú az Isten színe előtt a már megbocsátott bűnökért járó, ideigtartó büntetések elengedése, melyet a keresztény hívő, aki megfelelően fölkészült, és teljesítette a kiszabott föltételeket, elnyer az Egyház segítségével, amely mint a megváltás szolgálója Krisztus és a szentek elégtételt nyújtó érdemeinek kincstárát hivatalosan kezeli és abban részesít. A búcsú részleges vagy teljes, attól függően, hogy a bűnökért járó ideigtartó büntetéstől részlegesen vagy teljesen szabadít-e meg. Minden hívő nyerhet búcsúkat önmaga számára vagy az elhunytak javára.

Amikor ünneplünk mondjuk egy születés- vagy névnapot, összejön a család hálat adni, örvendezni. Ilyen egy templomi búcsú is, hiszen ez a közösségünknek a legnagyobb ünnepe.

Szent Kereszt felmagasztalása templomunk titulusa és egyben búcsúnapja, melyet idén szeptember 15-én ünnepeltünk szentmisével, majd a plébánián tartott agapéval. Ilyenkor díszbe öltözik a templom, és nemcsak a helyiek, hanem más településekről érkezők is részt vesznek a szentmisén.

Az ünnepi szentmise délelőtt 11 órakor kezdődött amit a ferences szerzetes Balázs Jeromos OFM atya mutatott be. Nagy örömkre Jeromos atyával négy fiatal ferences szerzetesjelölt is érkezett az esztergomi Ferences Gimnáziumból. Erre az alkalomra, az előző évekhez hasonlóan több környező településekről érkeztek zarándokok szép számban a kissé esős időjárás ellenére. A szentmise előtt az atya lehetőséget biztosított a szentgyónás elvégzésére.

A szertartást követően az ünnepség agapéval folytatódott a plébánián, amelynek során minden jelenlévő megtapasztalhatta a ráckeresztúri egyházközség családi vendégszeretetét. A terített asztalokra bográcsban főtt gulyás és finomabbnál finomabb házi sütemények kerültek. Ezúton is szeretnénk megköszönni az adományokat, amelyek segítségül szolgáltak ennek az ünnepnek a megszervezésében.

Köszönjük szépen a Kerekes családnak a friss ropogós kenyereket és a helyi önkormányzatnak az anyagi támogatást és a templom körüli terület rendberakását. Isten fizesse meg!

Utoljára, de nem utolsósorban szeretném megköszönni ennek a csodálatos egyházközségnek, hogy ismét megmutattuk vendégeink és önmagunk számára, mekkora erő és szeretet lakik az összefogásban, amit idén is csakis közösen tudtunk ilyen magas színvonalon megvalósítani.

Isten áldja a sok fáradozásért mindazokat, akik bármilyen módon (anyagi, fizikai munka, szervezési, közbenjáró imák) résztvettek ennek az ünnepnek a megszervezésében és megvalósításában.

Deo gratias!

Daradics Zoltán világi elnök



Zarándokok Ráckeresztúron

2024. október 5-én Ráckeresztúrra érkezett egy kedves zarándokcsoport. Mányról jöttek. Rövid kutakodás után kiderült, hogy mi is a közös Mány és Ráckeresztúr szeretett településeinkben. Hát mi más lenne, nemcsak az Úrban vagyunk egyek, hanem a templomaink is egyazon nevet, titulust kaptak. Szent Kereszt felmagasztalására lettek elnevezve. Amikor meghallottam, hogy zarándoktestvérek jönnek Mányról hozzánk megnézni a templomunk, nemcsak megnézése, hanem a helybéli testvérekkel együtt a Szent Kereszt ismét felmagasztalódott a péntek délelőtti 9 órai szentmisén, amelyet Kerényi József premontrei atya mutatott be. Daradics Zoltánnal közösen szolgáltunk mi is a szentmisén. A szentmise előtt röviden bemutattam a templomunkat. Az oltáron két gyertya között állt a Szent Kereszt ereklye, mise után a templomban jelen levő testvérekkel közösen hódolatunkat fejeztük ki a Szent Kereszt előtt. A Zarándokok továbbmentek zarándokútjukon: Martonvásár Szent Anna-templom, Tabajd Szent Kereszt felmagasztalás temploma, majd a zarándoklat a mányi templomban ért véget hálaadással. Jó volt együtt lenni, Testvérek. Isten áldjon Benneteket. Szeretettel:

Herkli Antal



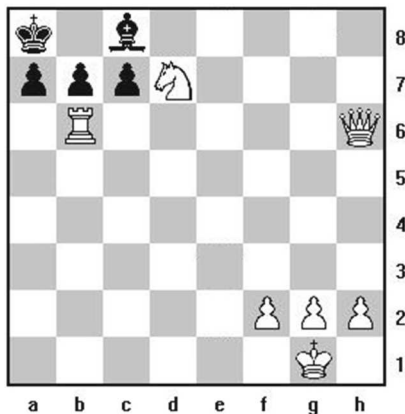
Sakksikerek a móri Aranyhordó kupán **SAKK-SAROK**

2024. október 5-én szombaton a ráckeresztúriakat is tagjai között tudó MartonVál Sakk Club versenyző kedvű növendékei Móra látogattak, hogy részt vegyenek a nagy hagyománnyal rendelkező, immáron 56. alkalommal megrendezett Aranyhordó kupán. A felnőttek számára meghirdetett nyílt csoport mellett a gyerekek három korcsoportban játszhattak összesen 41 résztvevővel: Alsós, Felső és az ovisoknak, valamint a teljesen kezdő iskolásoknak fenntartott Kezdő csoportban. Minden versenyzőnknek szépen sikerült a pontszerzés a hat forduló során. Az alsósok között Bakacs Liza Emili 1,5; Farkas-Nagy Sebestyén és Bakacs Ábel Márton 2; míg Frey Dorottya 3 pontot szerzett. A felsősöknél Farkas-Nagy Mihály 3 pontot gyűjtött. A legügyesebbeknek köszönhetően pedig érmeiket is sikerült hazahoznia a csapatunknak. Tóth Kolos bravúros bronzérmet nyert a nagyon erős Felső korcsoportban. Simon Botond pedig 100%-os teljesítménnyel, minden játszmáját megnyerve aranyérmes lett a Kezdő csoportban. Közben két ifjú tehetségünk már a 62 résztvevős felnőtt csoportban mutatta meg játéktudását. Körtélyesi Richárd 4,5 és Kaszab Lázár Bonifác 4 pontot szerezve a 9 fordulós versenyben a középszempontban végzett.

Amellett, hogy érmeiket hozzunk haza, fontos cél volt számunkra a felkészülés segítése a csapatbajnoki fordulókra. A Fejér vármegyei és az NB2-es bajnokság is elkezdődik a következő hetekben. A bajnokságok első fordulójának eredményeiről is beszámolunk a következő hónapban.

Feladványfejtő játékunkban egy kétlépéses mattot keresünk. A sötét sereg komoly anyagi hátránya került. Ráadásul világos tisztjei közvetlenül fenyegetik a sötét királyt. Mi legyen világos következő lépése a kétlépéses matt érdekében? 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. A sakkos képességeink fejlesztéséhez sakkleckék és -feladványok találhatóak még az egyesületünk weblapján is, a martonvalsakk.hu címen.

Bakacs János MartonVál SC



MARTONVÁSÁR TŰZÉP

Építőanyag és Tüzelőanyag forgalmazása

▪ Cement 32,5 R Danucem:	8300.-Ft./q	OSB lap 8 mm:	4600.-Ft./db
▪ Cement 42,5 R Danucem:	8900.-Ft./q	OSB lap 12 mm:	6500.-Ft./db
▪ Oltott mész 33 kg/ zsák:	2990.-Ft./db	Gyöngykavicsos 40 x 40 járdalap:	1150.-Ft./db
▪ Sóder 0 – 24 mm:	11.300.-Ft./m³	Szén Német brikett 25kg/db:	3650.-Ft./25kg
▪ Murva 0 – 20 mm:	10.500.-Ft./m³	Szén Ledvicei dió:	11.800.-Ft./q
▪ Leier Térkö 10 x 20:	4700.-Ft./m²	Napraforgó brikett 20kg:	4200.-Ft./db
▪ Leier Térkö hullám:	4600.-Ft./m²	Gázpalack csere 11,5 kg:	8300.-Ft./db
▪ Leier Gyepács 60 x 40:	1490.-Ft./db		
▪ Agro fólia 8,5 m:	1650.-Ft./m		
▪ Tetőléc bramac 5 x 3 x 4 m:	990.-Ft./db		
▪ Gipszkarton normál 12,5:	2710.-Ft./db		
▪ Gipszkarton impregnált 12,5:	3710.-Ft./db		
▪ Ceresit Flex. Csemperagasztó C2T:	5600.-Ft./db		
▪ Ceresit Padlopon CN68 2-30 mm:	5150.-Ft./db		
▪ Ceresit CM9 Standard C1T:	3150.-Ft./db		



Martonvásár, Szent László út 25. Tel: 06 20 / 373 9340 , 0622/ 461 - 772

RÁCKERESZTÚRI HÍRMONDÓ • Ráckeresztúr Község Önkormányzatának lapja • XII. évfolyam 10. 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