

RÁCKERESZTÚRI HÍRMONDÓ

Ráckeresztúr Község Önkormányzatának lapja

2025. október

SZABÓ T. ANNA:

Az ég zsoltára

Perelj, uram, perlőimmal?
Felelj, Uram, felhőiddel.
Mondd, hogy rend van a világban,
felejtsem, amiket láttam.

Nehéz lenni, tudod, Uram?
Szívünk-szemünk úgy tele van
fájdalommal, szenvedéssel,
amit nem érünk fel ésszel.

Körülöttünk annyi zaj van.
A testtel is csak a baj van.
A lélek meg – szent a lélek,
de nem éli a szentséget.

Kő a szívünk, fáradt, nehéz,
szemünk csak a képekre néz,
tükrök közé vagyunk zárva,
nem látunk ki a világra.

Itt lent perbe vagyunk fogva,
perlőnk fölénk magasodna,
túlkiabál, elküld haza,
hiába, hogy nincs igaza.

Perelj, Uram... – Nem, ne perelj.
Inkább csak felhőket terelj:
a változó világ képét –
ezzel hozd fölénk a békét.

Felelj, uram, felhőiddel,
vértessz fel a kellő hittel,
hogy törvényed ne feledjük,
eged alatt legyünk együtt,

tanuljunk világot látni,
indulatainkkal bánni,
nem bújkálni, mint a gyermek,
viselni a közös terhet,

éljük át a mások részét,
legyen bennünk újra részvét,
legyen bennünk hit, alázat.
Égből építs nekünk házat.



Építkezők és felújítók figyelmébe

Idősek világnapja 2025

Évkezdet a Mosoly Óvodában

Belsőmosoly – Szükségem van a jelenlétedre

Írány a könyvtár! – Ezerszer Júlia

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. 23., 24., 25., 26.: Ercsi ☎06-25/505-790

nov. 1., 2.: Martonvásár ☎06-22/569-146

nov. 8., 9.: Ráckeresztúr

nov. 15., 16.: Ercsi

nov. 22., 23.: Martonvásár

nov. 29., 30.: Ráckeresztúr

dec. 6., 7.: Ercsi

dec. 13., 14.: Martonvásár

dec. 20., 21.: Ráckeresztúr

dec. 27., 28.: Ercsi

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

Égészház

(Petőfi Sándor u. 7.; ☎25/455-804)

I. háziorvosi körzet: dr. Mihalicza

Ingrid ☎06-20/852-0350

e-mail: rendelo2465@gmail.com

Asszisztens: Németh Éva

II. háziorvosi körzet: dr. Kasziba Lilla

☎06-20/852-0350

e-mail: rackereszturrendelo@gmail.com

Asszisztens: Tasi Tamásné Csilla

A rendelési idő a Rendelő Ráckeresztúr facebook-oldalon olvasható!

Vérvétel (bejárat az udvar felől)

Időpont-egyeztetés szükséges!

Fogorvosi rendelés

☎06-20/389-0278

e-mail: rackeresztur@jeneifogaszat.hu

A rendelési időről a fenti telefonszámon lehet érdeklődni.

Fogorvosi ügyelet: 06-20/250-8583

Védőnői szolgálat

I. körzet: Peszter Zsuzsanna

☎06-20/852-0351; 06-30/644-9843;

e-mail: rackeresztur.vedono@gmail.com

II. körzet: Farkasné Vancsura Ildikó

☎06-20/225-1820; 06-30/644-9589; 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: rack.ph@rackeresztur.hu)

Polgármester: dr. Szentes-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) radoczbari@gmail.com

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

Szabó József alpolgármester (szbjozsef@freemail.hu)

Szokolci Gréta (06-30/513-1633) szokolcigreta@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: rackeresztur.ps@utk.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



TŰZOLTÓK: 105

RENDŐRSÉG: 107



SEGÉLYHÍVÁS: 112





ÉPÍTKEZŐK ÉS FELÚJÍTÓK FIGYELMÉBE

Tájékozódjon a villamosenergia-ellátás lehetőségeiről!

Ráckeresztúron jelenleg szinte minden utcára igaz, hogy csak korlátozottan vagy egyáltalán nem áll rendelkezésre szabad kapacitás a hálózatra kapcsolás, illetve teljesítménybővítés céljára.

Az E.ON folyamatosan hajt végre fejlesztéseket a településen, amelyek segítik a jövőbeni csatlakozásokat, azonban jelenleg hosszabb átfutási idővel kell számolni.

Az elhúzódó csatlakozásból adódó problémák elkerülése érdekében kérjük, minden esetben tájékozódjon a csatlakozás lehetőségéről még az igénybejelentés vagy adott esetben az ingatlanvásárlás előtt.

Előzetes információt az E.ON telefonos ügyfélszolgálatán keresztül kérhet az alábbi elérhetőségeken:

Mobiltelefonról

06 20/30/70/ 459 97 11

Vezetékes telefonról

06 52/ 512 401

Hivatalos információt a konkrét igények alapján végzett számításokat követően tud adni a szolgáltató, amelyhez előzetes igénybejelentés szükséges. Ehhez javasolt egy regisztrált szerelő felkeresése, aki a pontos energiaigény meghatározásában és az igénybejelentés folyamatában is segítséget nyújt.

Regisztrált szerelő kereséséhez az alábbi linken kaphat segítséget:

meevet.mee.hu/villanyszerelok

Ráckeresztúr Község Önkormányzata

Tisztelt Olvasók, kedves Ráckeresztúriak!

Szerkesztői levél

Mindig nehéz feladat, ha már kész a lap, és csak egyetlen szövegdoboznyi hely tátong üresen, a szerkesztői levél helye. Nem lenne persze kötelező írni, de ha már tizenkét éve majdnem minden hónapban megtettem, miért éppen most maradna el.

Azon tűnődöm néha, vajon milyen érzések hatják át a Hírmondó olvasóit, amikor kézbe veszik az újságot. Egyáltalán: várják-e, hogy meglegeljen a postaládában az aktuális számot. Vajon melyik az első cikk, amit megnéznék, elolvasnák? Számít-e még a nyomtatott sajtó, vagy már mindenki csak a telefonon gyorsan, könnyen pörgethető hírekből tájékozódik? És főként az érdekelne, értékeli-e az olvasók a finomságokat, a mértéktartó hangnemet, a kedvességet, ami bizony az írásos szövegekben is föllelhető, nem is nagyon kell nagyítóval keresgélni.

De nem csak szavakkal fejezhetjük ki a kedvességet, a gyengédséget – bátoríthatjuk barátunkat, gyerekünket, szüleinket a mosolyunkkal, öleléssel, vagy akár az is sokatmondó gesztus lehet, ha megsimogatjuk a karját, hátát. Eszembe jutott egy versrészlet: „És érezzék egy kézfogásról rólad, / hogy jót akarsz, és te is tiszta jó vagy.” Meg kellett keresnem, ki a szerző. Váci Mihály. Lehet, némiképp szentimentálisnak érzik sokan, meg hát ugye a gyengédség sokak számára egyenlő a gyengeséggel – pedig nem az. A kézfogás a láthatatlan és erős kötelék jele. Az ölelés a lelki támasz, a biztonsága, azt jelzi, hogy egy-egy ember otthon érzi magát a másik közelében. És hát otthon lenni jó.

Otthon lehetünk akkor is, ha zenét hallgatunk, ha izgalmas, fájdalmas, szórakoztató könyvet olvasunk. Vagy ha régi autók fotóit nézegetjük. Nemrég egy Trabantot látva fölrémlett a gyerekkorom, amikor anyu ült a volánnál, és nemegyszer eljutottunk az Erkel Színházba (azóta örök kedvencem a *Carmen*), nyaranta Balatonakaratyára Marika néni és Laci bácsi jóvoltából, ősszel a ráckeresztúri rokonokhoz és a temetőbe.

Otthon lehetünk a múltban, de azért jobb, ha a jelenben találjuk meg, mi az, ami örömet jelent. Hol és kivel érezzük magunkat biztonságban, hol és kivel lehetünk igazán felszabadultan önmagunk. Mert ha bujkálni és titkolózni kell, az fölemészt az energiáinkat, holott annyi szép és jó dolgot tehetnénk helyett. Ültethetnénk fát, festhetnénk kavicsokat, rajzolhatnánk szürke-sárga vízidisznókat, nem baj, ha a valóságban másképp néznek ki. Mert hát mi a valóság? Az, amit nap mint nap megteremtünk. S ha ezt kedvesen tesszük, sokkal jobb lesz a világ.

Gajdó Ágnes

TÁJÉKOZTATÁS AZ AVAR ÉS KERTI HULLADÉK ÉGETÉSÉNEK RENDJÉRŐL

A növényi hulladék égetése
**szeptember 1-jétől
november 30-ig
minden szerdán 6–22 óra
között végezhető.**





Megnyílt a Brunszvik Júlia Térségi Bölcsőde

Szeptember 23-án Soltész Miklós államtitkár úr, dr. Szabó Tibor vármegyei alelnök úr, valamint Horváth Bálint, Martonvásár polgármestere a működtetésben részt vevő települések képviselőinek körében hivatalosan átadták a Brunszvik Júlia Térségi Bölcsődét.

Az új, társulási formában működtetett bölcsőde összesen 56 férőhelyes, ebből Ráckeresztúrról 12 kisgyermek veheti igénybe az ellátást október 1-jétől.

Szívből reméljük, hogy a gyönyörű új épület, a sok szép játék, a csodás udvar nemcsak a gyermekeket teszi boldoggá, hanem a szülők megelégedésére is szolgál, egyben segítséget is jelentve a családoknak.

Ráckeresztúr Község Önkormányzata



Papírgyűjtés

A Ráckeresztúri Petőfi Sándor Általános Iskola hagyományos őszi papírgyűjtését

**2025. november 3-án, hétfőn, 10.00–16.30,
november 4–5-én, kedden és szerdán 8.00–16.30**
között tartja.

A konténert a Hősök téri iskola hátsó udvarán, a tornaterem mögött helyezzük el. Megközelíthető a Gárdonyi utca felől.

Ha van otthon, munkahelyén fölöslegessé vált papírhulladék, kérjük, hogy ajánlja fel iskolánk számára. Köszönjük!

Tisztelt Olvasó!

A II. világháborúban 1944 tavaszán Ráckeresztúr közelében légi ütközetben meghalt két német-osztrák pilótáról várunk információkat: a faluban hallott történetet, a sírjaikról bármit, amire emlékeznek. Nevük Kurt Jäger és Félix Adolf, akiket a temető főbejárata mellett temettek el.

Telefon: 06-30/573-4536

E-mail: pragaieldiko795@gmail.com

Köszönettel:

Prága Ildikó

HULLADÉKSZÁLLÍTÁS

	szeptember	október	november	december
kommunális hulladék	3., 10., 17., 24.	1., 8., 15., 22., 29.	5., 12., 19., 26.	3., 10., 17., 24., 31.
komposztálható	22.	20.	17.	–
újrahasznosítható	1., 15., 29.	13., 27.	10., 24.	8., 22.



Idősek világnapja 2025

Hagyományainkhoz híven idén is műsoros esttel köszöntöttük településünk szépkorú lakóit.

A készülődést már kora délután elkezdtük: asztalokat és székeket rendeztünk, terítettünk, dekoráltunk, köszöntésképpen pogácsát készítettünk ki, és pezsgőt töltöttünk vendégeinknek.

A „Nem csak a húszéveseké a világ” című műsorban Udvarhelyi Boglárka és Vanya Róbert operett- és táncdalslágerekkel, örökzöldekkel szórakoztatta a közönséget, a vállalkozóbb kedvűeket még egy kis éneklésre és táncra is rábírva. Öröm volt látni, hogyan idéződnek fel az emlékek, hogyan derülnek



EGY PERC VERS

Nagy László:

Dióverés

Elsuhogott az a fűttyös
sárgarigó délre.
Sárgul az árva diófa
zöld terebélye.

Levelek lengnek, akár a
színarany rigó-szárnyak,
elszállnak ők is a szélben
puszta határnak.

Áll a diófa, és érett
kincsei válnak tőle:
szellő ha bántja az ágat,
buknak a földre.

Szaporább kopogás, csörgés
támad, ha jön az ember,
s bottal az ágak bogára
boldogan ráver.

Földre, fejekre, kosárba
kopog a dió-zápor,
burkos dióra a gyermek
kövel kopácsol.

Már, mintha álmodnék, hallom
zaját a jó örömnél,
darálók forognak, diós
mozsarak döngnek.

Fagyban és nagy havazásban
meg kell maradnunk jónak
s tisztának is, hogy örüljünk
csörgő diónak.

Majd csorgó hó levén ring a
picike dió-csónak,
s lomb zöldül újra a fűttyös
sárgarigónak.

fel az arcok, azt, hogy hozzájárulhattunk
pár önfeléd és gondtalan óra eltöl-
téséhez.

Az ünnepség zárásaként egy szelet
süteménnyel vendégeltük meg szépkorú
lakóinkat, amit immár szintén hagyomány-
ként a hivatal dolgozói és a képviselő-
testület jelen lévő tagjai szolgáltak fel.

Köszönjük szépen a fellépő előadók-
nak a szívből jövő műsort, Jedzinák
Ádámnak a profi hangosítást, a Fesztfood
Ráckeresztúrnak, a Bilics Cukrászdnak,
az Oázis Italdiszkontnak és a Coop Bolt-
nak, hogy hozzájárultak vendégeink méltó
köszöntéséhez. Köszönjük a Hivatal és a Falugondnokság dolgozóinak
és nem utolsósorban a Polgárőrségnek, hogy segítségükkel hozzájárul-
tak a rendezvény színvonalas lebonyolításához.



Ráckeresztúr Község Önkormányzata

Friss hírek, információk:
www.rackeresztur.hu



Facebook:

**Ráckeresztúr Község Önkormányzat
hivatalos oldala**

ÚTRAVALÓ ÜZENET

„Úgy vélem, csakis egyszer élhetjük meg az életet. Ha tehát akad bennem jóság, amit kimutathatok, vagy akad olyan cselekedet, amivel megkönnyíthetem bármely embertársam életét, most kell megtennem, nem késlekedhetem vagy feledkezhetem meg erről, hiszen soha többé nem fogok erre járni.”

(William Penn)

A Ráckeresztúri Mosoly Óvoda közössége és a Szülői Közösség meghívja Önt és kedves családját a rendezvényünkre:



Katalin-napi Óvodabál

Programok:

19:00 a Bál megnyitója

19:10 B-Cool Dance Team SE bemutatója

19:40 Meglepetés tánc

20:00 Vacsora

23:00 Tombola

A zenét Mészáros Gábor szolgáltatja, a frissítőkről pedig a Fesztfood gondoskodik.

Vacsora 2500 Ft

Belépő: 4000 Ft.

Helyszín: Ráckeresztúr, Tornacsarnok

Időpont: 2025.11.15 19:00



Évkezdett az óvodában

2025. augusztus utolsó hetében takarítással, csoportok, játékok fertőtlenítésével kezdtük meg a 2025/2026 nevelési évünket, ahol az óvoda teljes létszámmal tevékenykedett.

Augusztus 29-én munkatársi értekezletet, változások megbeszélése és felkészülés a nevelési évről, délután kis csoportos szülői értekezletet tartottunk a felvételt nyert gyerekek szüleinek. Augusztus 30-án nevelési értekezletünkön: Élmény és tudás kéz a kézben! Hálásan köszönjük Győri Sipos Gergőnek és Kulcsár Lucának, hogy bevezettek bennünket a népi játékok és a néptánc módszertani világába. A közös játék és tánc során nemcsak új módszereket ismerhettünk meg, hanem átélhettük azt az örömet is, amelyet a hagyományaink őrzése és a közösségi élmény nyújt. Ezek az értékek adják azt a biztos alapot, amelyet nap mint nap továbbadhatunk a gyerekeknek.

2025. július végétől augusztus 31-ig bezárólag: Az idei évben is mertünk nagyot álmodni, a rendezvényeink és a lent említett segítőkkal megvalósult egy régóta tervezett álmunk az óvoda udvaron a szilárd burkolat elkészítése. Hálás szívvel mondunk köszönetet Peták Norbertnek, aki a földmunkával és a mart aszfaltozással hozzájárult ahhoz, hogy az óvodánk udvara szebb és biztonságosabb legyen. Szívből köszönjük Rádi Andrásnak a tereprendezésben nyújtott segítséget! Az udvarunk így rendezettebb, biztonságosabb és barátságosabb lett – a gyerekek öröme a legnagyobb jutalom.

Ezúton mondunk szívből köszönetet a PK-FOOD Kft.-nek, Békefalvi Nándornak és Tóth Istvánnak a betonpumpa és mixer biztosításáért. Nekik köszönhetően az udvar fejlesztése gördülékenyen haladhatott. Hatalmas köszönet a VarioSystem Zrt.-nek, Gebri Katalinnak, Gebri Lászlónak, Rádi Andrásnak, Tulkovics Józsefnek és Lévai Jánosnak, akik munkaerő biztosításával támogatták az óvodánk betonozási munkálatait. Az ő segítségükkel az udvarunk alapjai nemcsak erősebbek, hanem a közösség összefogásának erejét is jelképezik. Őszinte hálánkat fejezzük ki a PUHI-TÁRNOK Út- és Hídépítő Kft.-nek, külön köszönettel Bán Beatrix gazdasági igazgatónak, Fülöp Máténak, Füzeséri Sándornak és Fazekas Kovács Zsoltnak a támogatásért. Az Önök segítségével nélkül nem valósulhatott volna meg az óvodánk fejlesztése ilyen gördülékenyen. Köszönjük, hogy hozzájárultak ahhoz, hogy a gyermekeink egyre szebb és biztonságosabb környezetben tölthessék mindennapjaikat. Köszönjük Ráckeresztúr Község Önkormányzatának a támogatást és a segítséget, mellyel hozzájárultak óvodánk fejlesztéséhez. Az együttműködésüknek köszönhetően gyermekeink mindennapjai egyre szebb, biztonságosabb és otthonosabb környezetben telhetnek.



2025. szeptember 25-én tizedik alkalommal rendeztük meg a „Játsszunk Mindannyian!” programunkat. A gyermekek minden csoportban változatos mozgásos játékokat próbálhattak ki. A tevékenységek nagy lelkesedést váltottak ki, és hozzájárultak a közösségi élmények erősítéséhez.

Szeptember hónapban még: óvodánk évek óta aktív résztvevője a „Mozdulj együtt a klímáért!” elnevezésű országos kampánynak, melynek célja, hogy a gyermekek környezettudatos szemléletformálását játékos formában, élményszerű tevékenységeken keresztül fejlesszük. A program keretében az idei évben is egy egész héten át tartó, változatos tevékenységeket szerveztünk, amelyben minden csoport bekapcsolódott. Az idei év központi hét témája az ökológiai lábnyom csökkentése volt. Nagy hangsúlyt kapott a Föld védelme, a természet szeretete és a környezetbarát életmód.

1. nap: A programnyitónapon a gyerekekkel fát ültettünk az óvoda udvarán. A gyerekek nagy örömmel segítettek a földlapátolásban, a locsolásban, és azóta is figyelemmel kísérik kis fájuk növekedését.

2. nap: A hét egyik különleges napja „húsmentes” nap, amikor az étkezésünk középpontjába a zöldségek és gyümölcsök kerültek. Közös készítettük el a zöldséges-nél vásárolt, illetve az otthonról hozott zöldség- és gyümölcsalátákat, amelyek nemcsak finomak voltak, hanem egészséges alternatívákat is kínáltak a mindennapi étrendhez. A gyerekek örömmel kóstolták az új ízeket.

3. nap: A mozgás és az aktív életmód népszerűsítése jegyében sétákat tartottunk. A gyerekek kisebb-nagyobb távokat tettek meg, megfigyelték a természet változásait, és közben játékosan tanulták meg a közlekedés alapvető szabályait is. A közös mozgás a friss levegő és a természet közelsége mind hozzájárult ahhoz, hogy a gyerekek pozitív élményként éljék meg a természetbarát közlekedést.

4. nap: Különös élményt jelentett a gyerekek számára „Élő Föld napja”, amikor minden gyermek zöld, kék, barna pólóban érkezett az óvodába. A színek együttese a bolygónk, a Föld színeit szimbolizálták. A gyerekek egy hatalmas, színes „Élő földgömböt” alkottak az udvaron. Sokat beszélgettünk ezen a napon arról, mit tehetünk mi, emberek és gyerekek a Föld megóvásáért.

5. nap: Közös sportdélelőttöt szerveztünk óvodásainknak, a szülőknek és a volt nagycsoportosaink. Sajnos az időjárás közbeszólt, így a rendezvényünk zárt körű lett, a csoportszobákban rendeztük meg a sportos délelőttöt. A csoportok egy-egy állomásként működtek, mindegyikben más és más feladatok vártak a gyerekeket.

Gáborné Kutasi Katalin igazgató



RUHAGYŰJTÉSI NAP AZ ISKOLÁBAN!



✓

**EZEKET TUDJUK
ELFOGADNI
BEGYŰJTÉSKOR**

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

A gyűjtés időpontja:
2025. november 12-én 8 órától
november 17-én 16 óráig
a Hősök téri iskolában.

A gyűjtésre szánt zsákokat az iskolában az osztályfőnököktől, illetve Drozdikné Tünditől lehet kérni, de 50-60 literes szemeteszáokban bekötve is be lehet hozni.

Az iskola Szülői Munkaközössége a leadott súlynak megfelelő összeget kapja jutalomként.

✗

**EZEKET NEM TUDJUK
ELFOGADNI
BEGYŰJTÉSKOR**

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

Hideg fej, biztos kéz! Bekapcs és működik!

**Mosógépet – Szárítógépet – Hűtőgépet
Mélyhűtőgépet – Klímát – Hőszivattyút
Autóklímát – Tisztítunk – Javítunk
Karbantartunk és TMK-zunk**



ŐSZI AKCIÓ

1) QuickClean – Alap higiéniai tisztítás (beltéri)

13 900 Ft/db

Burkolat és szűrők tisztítása, lamellák permetes fertőtlenítése, cseppvíztálca ellenőrzés, alap funkcióteszt, jegyzőkönyv, fotók.

2) DeepClean – Mosózsákos mélytisztítás (beltéri)

19 900 Ft/db

QuickClean + Turbina („mókuskerék”) vegyszeres átmosása mosózsákkal, cseppvíztálca és kondenzvíz-elvezetés átmosása, penész/biofilm eltávolítás, jegyzőkönyv, fotók.

3) DuoClean – Beltéri Deep + kültéri átmosás (1+1)

24 900 Ft/szett

DeepClean + Kültéri kondenzátor habos/vegyszeres átmosása, védőrács tisztítás, vizuális állapotfelvétel, jegyzőkönyv, fotók.

4) ProCare – Teljes karbantartás (1+1)

29 900 Ft/szett

DuoClean + elektromos kötések ellenőrzése, cseppvízcső **dugulásmentesítés és átmosás**, hőcserélő habos tisztítás, próbaüzem, jegyzőkönyv, fotók.

5) PremiumSan – Allergén-fókusz (1+1)

36 900 Ft/szett

ProCare + hosszabb hatású antimikrobiális bevonat a beltéri lamellákon **és** helyiséglevegő **ózonos fertőtlenítés** ózongenerátorral (külön helyiségben, szabályos szellőztetéssel). *Megjegyzés: ózon nem helyettesíti a mechanikus / vegyszeres tisztítást—kettőt együtt adjuk.*

Az őszi akciós ajánlat: 2025. december 31-ig érvényes.

Ingyenes kiszállítás és állapotfelmérés:

Martonvásár, Ráckeresztúr, Baracska, Tordas, Gyúró, Kajászó, Vál

Időpontfoglalás és szerviz: Prétor Dániel

06-20/310-40-70 vagy szerviz@nutcracker.hu



A harmadik Placc Party

2025. szeptember 5-én harmadik alkalommal szervezte meg az önkormányzat a Placc Party nevű, már hagyománnyá vált rendezvényét. Évről évre az a cél, hogy mindig egy kicsivel többet, jobbat adjunk a szórakozni vágyó vendégeknek.

Sok éve nem tartunk már búcsút, mert akkortájt rendszerint mindig rossz időjárás van, de idén megpróbáltuk felidézni kicsit a régi búcsúk hangulatát is – a közönség visszajelzései alapján sikerrel.

A gyönyörű színekben pompázó, csillogó-villogó dodzsemmel, a lovacska-autós gyermek körhintával, az elmaradhatatlan édesség- és játékarussal, hamburgerrel, coca-colával, sörrel, pálinkával igazi retro hangulatot kapott a rendezvény.

A vidámparki forgatag mellett a színpadon is nagy volt a zsongás: Jedzinákné Szép Fanni műsorvezető közreműködésével először Andi bohóc műsorán szórakozhattak a gyermekek és szüleik, majd a Dirty Slippers zenekar ismert dalaival kezdődött az este zenés része.

Majd következett a tombolasorsolás, ahol értékes ajándékokat lehetett nyerni a belépésnél kapott ajándék tombolaszelvénnel. A nyeremények között volt DM vásárlási utalvány, dodzsem- és körhintajegy, édesség és játék, italok, ajándékcsomagok és fődíjként H&M vásárlási utalvány.

Ezután jött még csak az igazi mulatás: Jakab Cintia és Sánta Zsolt fantasztikusan jó hangulatot varázsoltak a színpadra, nótákkal, örökzöldekkel, mulatóssal. Volt minden, ami a jó hangulathoz kell! Ezt még tudta fokozni a Retro Disco pörgős zenékkal, fergeteges hangulattal, melyet Jedzinák Ádám, Dj Palace szolgáltatott Müller Attila szaxofonos kíséretével. Éjfél után is tartott még a mulatozás.

Köszönjük, hogy ennyien eljöttetek, hogy így buliztatok velünk, és hogy együtt lehettünk, megmutattatok, milyen az igazi közösség ereje! Ti vagytok a bizonyíték arra, hogy a zene összehoz és felemel!

Jövőre folytatjuk!

Lisziné Hunyadi Hajnalka



Fotók: JBL Rendezvénytechnika; Jakab Cintia facebook-oldala



Köszönetnyilvánítás

Köszönjük szépen a sok-sok segítséget és támogatást, amit a Placc Party rendezvényhez kaptunk!

Köszönjük Szőlőssy Attilának, Baracska polgármesterének, Császár Rolandnak, Kajászó polgármesterének, a Baracscai Faluház dolgozóinak, Tokodi Tamásnak, Bakos Krisztiánnak, a Rácmenza Kft.-nek, a FesztFood Büfének, a Bölcs Bagoly Étteremnek, Novozánszki Csabának és családjának, Egresi Gábornak, Beke-Horváth Karolának és családjának, a Martontej Zrt.-nek, a Ráckeresztúri Polgárörtségnek, a Falugondnokság és a Hivatal dolgozóinak, diák segítőinknek, és mindenkinek, aki hozzájárult a rendezvény sikeréhez!

A színvonalas műsor mellett köszönjük a J.B.L Rendezvénytechnika profi hangosítását és dr. Szép Fanninak az igényes műsorvezetést!

Jövőre Veletek ugyanitt!

Ráckeresztúr Község Önkormányzata



ERCSI NAPLEMENTE BT.
TEMETKEZÉSI SZOLGÁLAT

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

Vajdics Ákos
ügyvezető

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

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

SZAMURÁJ 07

ŐRZŐ-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

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.

**VÍZ-, GÁZ-, FŰTÉSSZERELÉS
KONVEKTOROK, KAZÁNOK,
BOJLEREK JAVÍTÁSA, CSERÉJE**

DUGULÁS- ELHÁRÍTÁS

SOMODI ZOLTÁN
06-30/211-8190



KISS RICHÁRD E.V.
környékbeli szakember
Martonvásárról

DUGULÁSELHÁRÍTÁS
WOMÁS CSATORNATISZTÍTÁS
KAMERÁS CSATORNAVIZSGÁLAT

Nincs túlárazás és kiszállási díj!
Bontás nélkül, korszerű gépekkel dolgozom!
Hívjon bizalommal!

TELEFON:
+36 70 775 5190



WWW.SPUGULASELHARITAS.HU

SZOLGÁLTATÁSI TERÜLET
FEJÉR ÉS PEST
VÁRMEGYE, BUDAPEST

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

Nem vagy egyedül! – A menopauzáról

A menopauza minden nő életében egy természetes, de sokszor kihívásokkal teli időszak, amely nemcsak testi, hanem lelki változásokat is okoz. Sokan tartanak tőle, viszont megfelelő ismeretekkel és támogatással ebben az életszakaszunkban szintén lehetőségünk van a kiegyensúlyozottság és az új lehetőségek elérésére.

A női élet természetes velejárója, amikor a petefészkek hormontermelése fokozatosan csökken, majd végül megszű-



nik a menstruáció. Átlagosan 45–55 éves kor között következik be, de lehetséges korábban vagy később is.

A menopauzát megelőző időszakot perimenopauzának hívjuk, amely több évig is eltarthat. A menopauza akkor mondható ki, ha legalább tizenkét hónapja nincs már menstruáció.

Hormonális változásokkal jár: az ösztrogénszint csökken; a progeszteron és a tesztoszteron szintje is mérséklődik; a hormonális egyensúly felborul, ez testi tünetekkel járhat.

Gyakori tünetek: hőhullámok, éjszakai izzadás; alvászavar, fáradtság; hangulatingadozás, ingerlékenység, szorongás; csökkent nemi vágy, hüvelyszárazság; testsúlygyarapodás, lelassult anyagcsere; hajhullás, bőrszárazság; csonttrikulás (ösztrogénhiány miatt); keringési panaszok.

Kezelési lehetőségek

Hormonpótló terápia (HRT)

Cél: az ösztrogénhiány pótlása. Formái: tabletta, tapasz, gél, hüvelyi készítmények. Előnyei: enyhíti a hőhullámokat, javítja az alvást, csökkenti a csonttrikulás kockázatát.

Hátrányai: nem mindenki számára ajánlott (pl. dagadtos előzmények, trombózishajlam esetén).

Nem hormonális kezelések

Antidepresszánsok (pl. SSRI-k) – hőhullámokra és hangulatingadozásra; fitoterápiás (gyógynövény alapú) szerek; életmódbeli változtatások.

Gyógynövények és természetes megoldások

Barátcserje – segíti a hormonális egyensúly helyreállítását; csökkentheti az ingerlékenységet és a hőhullámokat.

Vöröshere – izoflavonokat (növényi ösztrogéneket) tartalmaz; enyhíti a hőhullámokat és az éjszakai izzadást.

Fekete kóhos (*Cimicifuga racemosa*) – az egyik legismertebb menopauza elleni növény; segít a hőhullámok, hangulatingadozás, alvászavar enyhítésében; hatása ösztrogénszerű, de nem növeli a hormonszinteket veszélyes mértékben.

Ginzeng – fokozza az energiaszintet és a koncentrációt; javíthatja a hangulatot és a libidót.

Lenmag – természetes fitoösztrogén-forrás; javítja az emésztést, segítheti a hormonális egyensúlyt.

Életmódbeli tanácsok

Egészséges étrend: sok zöldség, gyümölcs, teljes kiőrlésű gabona, kalciumban gazdag ételek; rendszeres testmozgás: javítja a hangulatot és csökkenti a csonttrikulás kockázatát; stresszkezelés: relaxáció, jóga, meditáció; megfelelő alvás; koffein, alkohol és dohányzás kerülése.

A gyógynövények, illetve az étrendkiegészítők nem helyettesítik az orvosi kezelést, bizonyos betegségek vagy gyógyszerek mellett ellenjavallt lehet az alkalmazásuk. Mindig érdemes orvossal vagy fitoterapeutával megbeszélni a megfelelő kezelési módot.

Nem vagy egyedül – érdemes beszélni róla, kérdezni, és támogatást kérni, ha szükséges!

Peszter Zsuzsanna védőnő

Segítség a változókorban – Második Tavasz Projekt

ivanyiorsolya.hu

#menopauzasztorik

ÁLLÁSHIRDETÉS

a BM Országos Katasztrófavédelmi Főigazgatóság, a Gazdasági Ellátó Központ (BM OKF GEK), a Kéményseprő-ipari Tevékenységet Ellátó Igazgatóhelyettesi Szervezet

kéményseprő mestereket, szakmunkásokat és betanított munkásokat keres

Ellátandó feladat:

A kéményseprő-ipari tevékenységről szóló 2015. évi CCXI. törvény rendelkezései alapján kéményseprőipari tevékenység ellátása a lakossági szektorban.

Foglalkoztatás: A munka törvénykönyvéről szóló 2012. évi I. törvény alapján.

Álláshirdetésünkre várjuk kéményseprő végzettséggel rendelkező kéményseprő mestereket és szakmunkásokat jelentkezését! Amennyiben nem rendelkezik kéményseprő végzettséggel, betanított kéményseprők részére ingyenes átképzési lehetőséget biztosítunk. A képzés bentlakásos, és a képzés ideje alatt illetményre jogosult.

Képzés helyszíne: Katasztrófavédelmi Oktatási Központ, Kéményseprőipari Szakcsoport objektuma, Pécel

Foglalkoztatási jogviszony időtartama: határozatlan idejű

Munkaidőrend: teljes munkaidő (4 havi munkaidőkeret)

Illetmény: betanított kéményseprő: bruttó 290 800 Ft; szakmunkás kéményseprő: bruttó 370 000 Ft; kéményseprő mester: bruttó 478 800 Ft

Munkabéren felüli juttatások: bérén kívüli juttatások: cafeteria évi bruttó 200 000 Ft; lakáscélú munkáltatói támogatás

Jelentkezési feltételek: betöltött 18. életév; büntetlen előélet; erkölcsi bizonyítvány (3 hónapnál nem régebbi); egészségügyi alkalmassági vizsgálat; felhasználói szintű számítástechnikai ismeretek; minimum alapfokú iskolai végzettség

„B” kategóriás jogosítvány megléte előny

Kapcsolat – e-mail: kemenysepro.titkarsag@katved.gov.hu

BELSŐMOSOLY

Szükségem van a jelenlétedre

Vera zavartan mosolyog. Problémája tulajdonképpen „jelentéktelen”, nem is tudja, érdemes-e foglalkozni vele, tényleg probléma-e, vagy csak ő fújja fel az egészet... Férjével „jól kijönnek”, a lényeges dolgokban egyetértenek, a felmerülő vitás kérdéseket meg tudják beszélni, közös programokra, egymásra és magukra is rendszeresen fordítanak időt. Vagyis (majdnem) minden rendben van.



Ami őt mégis hosszú ideje bántja, az az „apróság”, hogy amikor beteg, vagy annyira fáradt, hogy csak heverészni bír, egyedül marad. A férje nem tiltakozik az ilyen ágyban töltött órák vagy akár napok ellen, nem hozza szóba később sem, egyszerűen csak elmegy, vagy talál magának valami elfoglaltságot, mondván „*Pihenj nyugodtan*”, vagy „*Feküdni nélkülem is tudsz*”. Pedig – saját bevallása szerint – éppen ilyen alkalmakkor esne legjobban, ha párja ott maradna vele, „csak úgy”, semmit nem csinálva, mégis együtt.

Kimondva talán sokaknak tényleg apróságnak tűnik, de (legalább) két dolog miatt mindannyiunk számára érdekes lehet Vera problémája.

Az első, valószínűleg a kevésbé összetett kérdés a kommunikáció. Azaz, ha tudja, mit szeretne, és már régóta zavarja, hogy nem kapja meg, miért nem mondja el mindezt a férjének, és kéri meg, hogy amikor megteheti, maradjon vele.

Vera elbeszéléséből hamar kiderül, hogy egyrészt azért nem hozta még szóba, mennyivel jobban esne neki, ha férje ilyenkor fogná a kezét, átölelné, látszólag értelmetlenül is neki szentelné idejét, mert „*a férfiak úgysem tudnak mit kezdeni az ilyen helyzetekkel*”, másrészt pedig mintha maga is szégyellné magát, amikor beteg vagy fáradt, és nem érzi úgy, hogy „*joga lenne még kényeztetést is követelni*”.

Nem tudom, mit szokott kezdeni a (nem létező) átlagférfi az ilyen helyzetekkel, sem azt, Vera párja tudna-e mit kezdeni felesége kérésével. Azt sem tudom megítélni, az ő párosukban „kényeztetésnek” számít-e azt mondani a másiknak, „*szükségem van rád, szeretném, ha velem lennél*”. Mégis, azt gondolom, ezeket hadd döntse el ő maga. Az a másik. Ehhez pedig elengedhetetlen, hogy tudjon is arról, döntenie kell valamiben.

Nem először merül fel a megfelelő kommunikáció kérdése a párkapcsolatokban. Például, hogy ha előre megválaszolunk valamit a másik helyett, mert „biztosan azt mondaná”, talán lesz egy válaszuk, de messze nem biztos, hogy ugyanaz lesz, mint amit az érintett abban a helyzetben éppen válna. Vagy hogy ha szükségünk van valamire, azt nagyon szép lenne, ha a másik rögtön teljesítené is, de keveseknek adatik meg, hogy egy gondolatolvasóval éljenek együtt. Valamilyen formában közölnünk is kell a másikkal, mit szeretnénk.

Nem mindegy persze, milyen ez a forma. Ha megfogalmazzuk, mit érzünk, mire volna szükségünk, és mit szeretnénk ennek érdekében kérni a másiktól, az nem követelőzés.

Ha így teszünk, neki is lesz lehetősége mérlegelni, és eldönteni, teljesíti-e kérésünket vagy sem. Ha sokáig némán várjuk, hogy kitalálja, mit is várunk tőle, aztán még tovább morogunk, mert ez nem történt meg, talán az sem követelőzés, de nem is hatékony eszköz a harmonikus élethez.

A másik szál, ami többeket érinthet Vera problémájában, az intimitás, törődés, gyengédség kifejezése.

Sok szempontból vizsgálhatnánk ezt a kérdést, de maradjunk most csak a konkrét esetenél. Vera értékeli, hogy férje hagyja pihenni, gyógyulni, de amire igazán szüksége volna, az, hogy legelesettebb pillanataiban érezze, nincs egyedül, hogy valakivel megoszthatja a számára nyomasztó, fájó pillanatokot is.

Vannak, akik ezekben a pillanataikban szeretnek egyedül lenni. Visszavonulnak, elbújnak, kifekszik-kialusszák magukat, aztán minden mehet tovább a maga rendjében. Rosszul is éreznék magukat, ha ilyenkor társaságuk lenne, ha valaki folyamatosan körülugrálná őket, gondoskodni akarna róluk – sokkal szívesebben választják az egyedüllétet, nyugalmat.

Mások, mint Vera is, látszólag elvonulnak, mert „így szokás”, „így illik”, „nem tartozik másra”, „ne terheljünk másokat”, valójában azonban ez az egyedüllét nem a nyugalom, hanem a magány, a szorongás forrása számukra. Igénylik szeretteik közelségét, törődését, az érzést, hogy „nincsenek egyedül”.

Sokan nehezen értik ezt meg. Idegen számukra a helyzet, tényleg nem tudják, mit is tehetnének, vagy azt gondolják, ők szívesebben maradnának egyedül – mindegy, miért, de eszükbe sem jut, hogy a „nyugton hagyáson” kívül mással is segíthetnének.



Ha párunk is közéjük tartozik, míg mi a másik csoportba soroljuk magunkat, próbáljuk neki elmagyarázni (talán könnyebb akkor, amikor éppen nem aktuális, mint betegen vagy nagyon fáradtan), mire vágyunk, és miért.

Ha nem érti, próbáljuk meg elmesélni, hogy például amikor a gyerek beteg, és ágyban kell maradnia, neki is szüksége van a társaságra, nem akar egyedül maradni, csak hogy „pihenhessen”. Ahogy ő igényli a mesélést, simogatást, a pusztá jelenlétet, ugyanúgy szükségünk van nekünk is az ő jelenlétére, törődésére. Még ha tevékenyen nem csinálunk is semmit, még ha nem látszik is hasznosnak, egyszerűen próbáljon meg csak ott maradni. (No és nem árt, ha mi magunk is tudjuk, ő mit szeretne, ha a jövőben valamikor ágyba kényszerül.)

Ha tudja, mit várunk tőle, eldöntheti, megteszi-e, vagy sem. Így még mindig marad lehetőségünk, hogy tovább morogjunk, ha esze ágában sincs, de akár meg is kaphatjuk, amire igazán szükségünk van.

Pál Judit

Gondolatébresztő...

„Két ember együttélését legjobban a megszokás, a mindennapok elszürkülése veszélyezteti. Egy tartós együttélésben is joga van mindenkinek ahhoz a gyengédséghez, csábításhoz, törődéshez, azokhoz a hangulatokhoz, amelyek az udvarlás idején természetesek voltak. Enélkül minden kapcsolat elsötétedik és kihűl.”



(Popper Péter)

Új könyvek a könyvtárban



Valpy, F.: A Bellevue kastély méhésze
Knausgard, K. O.: A harmadik birodalom



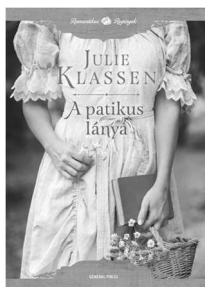
Hwang Porum: A könyvesbolt
Brown, Bors: A matador 1–3.
Klassen, J.: A patikus lánya
Carson, S.: Görbe kereszt
Krazli, E.: Úgy táncolnék veled
Kerr, J.: Amikor Hitler ellopta a rózsaszín nyuszimat



Bradley, N.: Négy évszak Japánban
Steadman, C.: Családi játszma
Archer, J.: Hitszegő barát
Martin, M.: A könyvtáros kém
Toon, P.: Hét nyár
Erne, A.: Érzéseink
Az év versei 2025
Az év novellái 2025
Esterházy Péter: Vanni van
Moldova György: Ha elhagysz, veled mehetek?



Schaffer Erzsébet: A hetedik ajtó
Mészöly Ágnes: A keselyűtekősnők rejtélye; Vakációl; Hajónapló
Berg Judit: Sári és a mókusok; Sári és a süni; Vilkó hazatér
Majoros Nóra: Boszorkány a lovardában



Szabó Borbála: Újabb kalandok a Ló csoportban

Vészits Andrea: Ábris és az azúrkék patkány

Vadadi Adrienn: A filmforgatás

Wéber Anikó: Örökhétfőn találkozunk

Rojik Tamás: Vér, víz, oroszlánsörény

Dávid Ádám: Doktor Szuri a Balaton körül

Ruff Orsolya: A végzetes vonatút

Szlavicssek Judit: Végzetes Kékszalag;

Doszpot nyomoz

A tűzoltóknál

Larsson, S.: A lány, aki a tűzzel játszik;

A kártyavár összedől

Smirnoff, K.: A lány, akinek semmi sem drága;

A lány, aki az ördögtől sem fél

(Ezekkel a hiányzó kötetekkel most teljes lett a *Millennium*-sorozat.)

A könyvtár nyitvatartási rendje



hétfő: 15.00–20.00
kedd: zárva
szerda: 10.00–15.00
csütörtök: 9.00–12.00
péntek: zárva
szombat: zárva
vasárnap: zárva

IRÁNY A KÖNYVTÁR!

Lélekből szeretni



Szendrey Júlia több volt, mint csak feleség, mint csak asszony, és mindezt Miklya Lukszányi Mónika igen plasztikusan mutatja be regényében, nem spórolva meg az alapos anyaggyűjtő és kutatómunkát, amit a mintegy hétszáz lábjegyzet is bizonyít. A jegyzetek jelenléte kissé zavaró, és regényben nem is szokás, de aki valóban kész elmélyedni a reformkor egyik legizgalmasabb karakterének történetében, az talán még örül is, hogy támpontokat kap a további tájékozódáshoz. De értelmezhetjük mindezt úgy is, hogy az életrajzi regény újfajta megjelenési formát kapott, hiszen a lábjegyzetek mellett az is kitűnik, hogy a szereplők gyakran idézetekben, versekben gondolkodnak, beszélnek, és a leíró részeket levél- és naplóbejegyzések egészítik ki, magyarázzák.

Az időutazás – a *Feleségek felesége* című Első könyvben – Nagykárolyban kezdődik 1846. szeptember 8-án. Megyebálra készülődnek a tizennyolc éves, eladósorban lévő lányok, Térey Mari és barátnője, Szendrey Júlia. Hozzájuk is eljut a hír, hogy a bálon ott lesz Petőfi, aki „olyan büszke, mint valami spanyol grand, és olyan sértődős, mint valami elkényeztetett primadonna”, de a verseiért mindketten rajongnak. A lányok magukra öltik a Klasszy Vendel divatképei után Szatmáron varratott ábendklájdót, Mari mályvaszínűt, Júlia lilát, szép kis filigrán kontyút és selyemvirág kerül a hajukba, bár Júlia már gyerekként sem tűrte a cicomát, nem szerette sem a loknikat, bodorított tincseket, sem a bokrétaikat, szalagokat. De hát a bál az bál, jelentős társadalmi esemény, illő módon kell megjelenni, és megfelelni az elvárásoknak.

Ez az, ami aztán a legtöbb konfliktust okozza majd: hogy Júlia nem akar megfelelni az elvárásoknak. Nem akar gazdag férjet, nem a vagyon alapján házasodni, főként nem apja akarata szerint. Ő a szív szavát követi, és tudja, csak egyszer lehet csak igazán szerelmes az ember. A regényben végigkövethetjük a fiatalok megismerkedésének történetét, és azt is, milyen nehézségekkel kellett szembenézniük a kapcsolatuk beteljesedéséig. Igazán szívszorító olvasni azt is, amit már tudunk, például a forradalmi eseményekről vagy a Petőfi Zoltán születéséről szóló részeket, és az Első könyv végén Júlia testvéri szójátat Magyarország hölgyeire...

A Második könyv a szabadságharc bukása után indul, 1850. április 4-én, Erdődön járunk, majd megismerjük Horvát Árpádot, aki aztán Júlia második férje lesz. De hogyan? Ez az, amit korábban még az irodalomtörténeti munkákban sem érintettek mélyebben. A mindössze harminckilenc évet megélt Júlia élettörténetének megrázó fejezete ez a házasság, melyről feljegyzéseket készített ugyan, de azok csak jóval később kerültek nyilvánosságra; sokáig csak fél-igazságok, sőt hazugságok terjedtek. Miklya Lukszányi Mónika nemcsak hitelesen és megrendítően, de a szenvedő és gyászoló nő iránti együttérzéssel ábrázolja a Horváthhoz fűződő kapcsolat minden terhét és szörnyűségét, az elszennvedett erőszakot, traumát és megaláztatást. És Szendrey Júlia halálát.

Az *Ezerszer Júlia* életrajzi regény, de sokkal több annál. Portré egy sokat szenvedett nőről, akit alaposan félreismertünk. Eddig.

Gajdó Ágnes

(A teljes írás az *Élet és Irodalom* 2025. augusztus 29-i számában olvasható.)



Az Ultrabalaton trailen futottunk

Október 4-én immár 7. alkalommal rendezték meg az Ultrabalaton trailt a Balaton-felvidéken, melyen először szerepelt a Ráckeresztúri Ultrabalaton csapat. Ez egy igazi, kihívásokkal teli, embert próbáló terepverseny, szó szerint hegyen – völgyön keresztül. A 115 km-es távot tíz fővel abszolváltuk, ezúttal hat hölgy és négy férfi csapattag futott.

Tudtuk, hogy a 2026-os Ultrabalatonra nehéz benevezni a csapatot (a nevezés megnyitása után három-négy perccel betelnek a helyek) ezért biztosra mentünk, ugyanis az Ultrabalaton trailre történő nevezéssel előnevezési jogot szereztünk a jövő évi Ultrabalatonra. A trail, a távját tekintve jóval kevesebb, mint az UB, de a terepviszonyokat figyelembe véve legalább akkora kihívás. Csapatunkat *Itvás Vivien, Marosné Glócz Mónika, Novoth Nikolett, Szabóné dr. Kántor Szilvia, Szoboszlainé Gyenes Bianka, Török-Deák Anett, Dienes Gábor, Komlódi Balázs, Suták Dávid és Zsigmond József* alkotta, autós kísérőként *Horváth Gabriella*, biciklivel pedig *Komlódi Péter* segített.

Mindenki a tőle megszokott lelkesedéssel, de a szokásosnál fokozottabb várakozással készült, ugyanis a csapat tagjai közül még senki sem futott ezen a versenyen. Nem igazán tudtuk, mi vár ránk, ezért nehéz volt meghatározni, hogy ki milyen időeredménnyel tudja teljesíteni a távját, ez megnehezítette az előzetes kalkulációt, a célba érkezés idejének behatárolását. Előzetesen 11 óra 38 percre számoltunk, és csupán 17 percet tévedtünk, ugyanis 11 óra 55 perc alatt teljesítettük a versenyt.

Október 4-én, szombaton reggel két kisbusz indult útnak a csopaki versenyközpont irányába. 10:43-kor rajtoltunk, csapatunk itthon marad tagjainak üzenetével, sokszáz követőnk jókívánságával felvértezve. Festői szépségű tájakon futottunk a *Csopak–Veszprémfajsz–Hidegkút–Pécsely–Nagyvázsony–Vigántpetend–Balatonhenye–Köveskál–Szentantalfa–Pécsely–Hidegkút–Veszprémfajsz–Csopak*

útvonalon. Mindenkinek jutott olyan szakasz, ami igazi kihívás volt, de – ahogy az a csapaton belül szállóigévé vált – „a látvány kárpótolt.”

Úgy készítettük el a szakaszeosztást, hogy a lányok fussanak világosban, így a fiúknak jutottak az esti szakaszok, ráadásul – mintegy nehezítő körülményként – az eső is eleredt. Ez sem szegte kedvünket, 23 óra előtt néhány perccel átfutottunk a célvonalon. Ahogy az eddigi versenyeken, ezúttal sem helyezésemben gondolkodtunk, az volt a célunk, hogy teljesítsük a távot, senki se sérüljön meg, és mindenki érezze jól magát, de a helyezés miatt sem kell szemlesütve járnunk: 366 csapatból a 120. helyet szereztük meg, vagyis a mezőny első harmadában végeztünk, ami elsőbálozóként nagyon szép eredmény.

Ezúton szeretnénk megköszönni a KIMM Ráckeresztúri Drogrehabilitációs Központjának, hogy rendelkezésünkre bocsátották a kisbuszukat, ezzel kényelmesebbé téve az utazást. Köszönjük követőinknek, hogy figyelemmel kísérték minket, a helyszíni videóinkat, bejelentkezéseinket; a rengeteg biztatást, jó szót. Talán elképzelni sem tudják, hogy ezzel mekkora erőt adtak és adnak rendszeresen.

A tervek szerint a 2026-os Ultrabalatonon két csapattal indulunk, egy hét főből és egy tizenegy főből álló csapattal, így további embereket tudunk bevonni, hogy megérezhessék ennek a remekbe szabott versenynek a hangulatát.

Facebook-oldalunk az alábbi linken érhető el, melyen megtekinthetők a versenyről készült fotók, videók:

https://www.facebook.com/groups/2553000898233172/?rdid=Ihlo68gYOSCAD941&share_url=https%3A%2F%2Fwww.facebook.com%2Fshare%2Fg%2F1BYaphAT9Y%2F

A hazaérkezést követően, egy rövid alvás után mindig felmerül bennünk: valóban ott voltunk? Valóban megéltük? Valóban megcsináltuk? Aztán látjuk a rengeteg pozitív reakciót, a biztatásokat, gratulációkat, rájövünk, hogy mégis valóság volt! Bebizonyosodott, hogy ez a csapat, bárhol, bármilyen összetételben indul, legyen az Ultrabalaton, Csülökfőző fesztivál vagy trail: CSAPAT! Akik éppen nem tudnak jönni, ugyanúgy, tiszta szívből szorítanak a sikerért itthonról.

Dienes Gábor

Hihetetlen dolgok IV.

Ha hiszitek, ha nem, a könyvtárban egészen hihetetlen dolgok történnek. Vagy nagyon is hihetők. Mindezt nemcsak az tudja, aki jár könyvtárba, hanem az is, aki szeret olvasni. A kettő ugyanis összefügg.

– Micsoda kérdés ez? Hiszen minden gyerek és minden pingvin meg leopárd meg langusztá meg kutyamacskaegér tudja rá a választ! Tíz hatod meg tíz hatod az húsz hatod, hát persze. De nem húzhatod... Eszedbe se jusson, hogy a bajszunkhoz, sörényünkhöz, hajunkhoz nyúlj! – rikkantotta Villám, a nagyon kedves és barátságos leopárdkölyök, majd szorosan megölelte Tintást, a jószívű pingvint, aki némiképp rémülten méregette a hirtelen előbukkant tuskés jószágot.

– Jól van, jól van, dehogy bántanálak titeket! Hiszen jó hírt hoztam, csak hát a modoromon még csiszolni kell, tudjátok, kissé tuskés, kissé szúrós, kissé az ugartyúkéhoz hasonlatos, de alapvetően nagyon jószándékú sün vagyok. A nevem Agávė.

Szurímese, az Igazi Szűbogar felkacagott. Nocsak, hát hiszen tényleg jó adag humort tartalmazhat e fura szerzet túskeállománya. Vagy szürkeállománya? A két bánatos, ám módfelett élénk tekintetű macska, Szoty meg Puding mindkőzben a szerencsét hozó Aurėlia nevű egerrel tanácskozt, hogy vajon hazamenjenek-e inkább, vagy várják meg, utaznak-e végre a többiek, és esetleg velük tartsanak.

Langelėta, a Földimalac és Társa Utazási Iroda képviselője megelégelte a halogatást, a feladványokat, és nagyon határozottan közölte a társasággal, ha nem szedik össze magukat és minden cókémjukat, az ajánlat menten érvényét veszti, és senki nem megy sehova. Maradhatnak, ahol épp állnak, ülnek, heverésznek. Mert Melák lustán elnyúlt a zöld-fehér babzsákfotelban, és Mókus Marcsival a könyvtár mókusával sutyorgott.

– Várjatok egy kicsit! – szólt Agávė, és előhúzott az addig ki tudja, hol leledző fekete aktatászkájából kilenc menő nap-szeműveget, és egyenként kiosztotta. – Jól jönnek majd Balin, ahol fényesen süt a nap. Nemcsak a szemetek világát óvja meg, hanem segít a tájékozódásban is, és automatikusan lefordítja az idegen nyelvű feliratokat. Tehát amit angolul vagy balinéz nyelven láttok kiírva, az mind megjelenik előttetek úgy, hogy azonnal megértitek.

– Ó, remek ajándék, hálásan köszönjük – szólt Tintás, majd megsimogatta Agávė fejét. Cseppet sem szúrta... – Te is velünk jössz, ugye?

– Örömmel! Látod, készültem, és megmutatta aktatászkájának tartalmát: úszónadrág, napolaj, keresztretjvény.

A díszes társaság tehát végre eljutott odáig, hogy beszállt a kétfedeles kisrepülőbe. Langelėta, a Földimalac és Társa Utazási Iroda képviselője létszámmellenőrzést tartott. Szurímese, Tintás, Villám, Melák, Mókus Marcsi, Szoty, Puding, Aurėlia, Agávė, összesen kilenc utas. A papírok rendben, a

csomagok bepréselve a csomagterbe. Most már aztán tényleg csak néhány pillanat választotta el őket a felszállástól.

Három, kettő, egy... És már annyi sem.

Fölszálltak.

Az úton mindenki aludt. Kivéve Langelėtát, aki fölvette a kedvenc pilótasapkáját, és maga vezette a gépet. A szerencsés földet érést mindenki vérmérsékletének megfelelően ünnepelte meg. Villám bukfacezett, Tintás tvisztelt, Szurímese a két, már egyáltalán nem bánatos tekintetű macskával keringőzött, Mókus Marcsi meditált, Aurėlia és Agávė aludt tovább, Melák pedig keresett egy újságárust, és megvette a helyi hírek legfrissebb példányát. Legnagyobb ámulatára a Bali Hírmondó címlapjáról ismerős arc nézett rá.

Mókus Marcsi épp nem tartott könyvet a kezében, pedig szinte mindig olvas. De ki az a szépséges hosszú fülű négy lábú mellette? Melák nem találgatott, szaladt vissza a társaihoz, hogy megtudja, hogyan lehetséges ez. Ám a többiek eltűntek. Senkit nem talált, így kénytelen-kelletlen útnak indult egyedül.

Gondolta, majd csak lesz valami. Előbb-utóbb csak előkerül a társaság, és majd akkor minden titokra fény derül.

Melák ment, ment, számos kőcsaggal találkozott, és énekesmadarak röpködtek körülötte. Látott majmokat is, de nem tudta megállapítani, hogy makákók-e vagy orangutánok. Érezte az orchidea illatát, és eszébe jutott kedvenc meséje, amit bakelit hanglemezen hallgatott sokat a nagymamájával, az Őz, a nagy varázsló. Csakhogy abban pipacsok szerepeltek, és Dorka elkábult tőlük...

Melák azonban nem félt semmitől, még idegen helyen és idegen emberek között is könnyen feltalálta magát. Azért jó lenne, ha nem egyedül kellene bolyonganom, gondolta magában, és bátorításképp megevett egy szem negrót, amit vészhelyzet esetére tartogatott a zsebében.

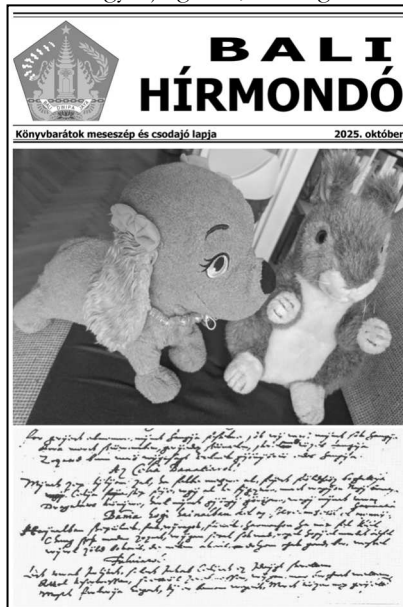
Amint egy vízeséshez ért, mintha Villám fülét pillantotta volna meg. Szaladni kezdett, ám megbotlott egy taxissapkában, és hasra esett.

Gajdó Ágnes

Fotó és címlapterv: Sapkás

(Folytatás a következő lapszámban.)

OLVASÓLÁMPA



NŐK A TÖRTÉNELEMBEN

Amerikai költő, a XIX. században, magába fordulóan és a környezetétől elzárkózottan élt. A legújabb adatok szerint összesen 1789 verset írt, ezek közül azonban csak néhány (kb. hét-tíz) jelent meg életében, azok is névtelenül vagy tudta nélkül. *Elmúlt az első éj, Segíts! Segíts! Megint virrad!, Valami őrzi a szobát* című verseit Gergely Ágnes fordította magyarra. *Kiről szól a leírás?*

Beküldési határidő: 2025. november 6., csütörtök

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

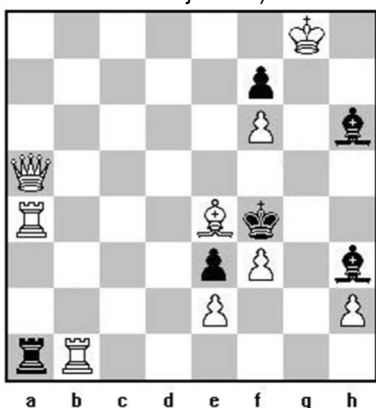
A 2025. szeptemberi fejtörő megfejtése: *Brunsvik Teréz*. Tizennyolc helyes megfejtés érkezett. A három szerencsés nyertes: **Petriczka Natália, Sörös Csilla, Szemlerné Kovács Erika**. A nyeremény a könyvtárban vehető át nyitvatartási időben. Minden megfejtőnek szeretettel gratulálunk!



SAKK-SAROK**Sakk NB2**

Értékes pontokat hoztunk haza a Vasas SC otthonából

Martonvásár, Vál és Ráckeresztúr közös sakkegyesülete, a MartonVál Sakk Club számára 2025. szeptember 21-én elkezdődött a sakkidény. Csapatunk idén először az NB2 Breyer csoportjában szerepel többek között olyan csapatokkal szemben, mint a Vasas, az MTK, a BEAC, az Esztergom és a Tatabánya. Ma az NB2-es csapatunkat a Vasas SC látta vendégül Budapesten, a Magyar Sakkszövetség Falk Miksa utcai versenytermében, ahol egyébként másik két párharcot is játszottak a miénkkel egyszerre, ami még nagyobb versenyhangulatot eredményezett. A Reményi Szilárd, Katona Ferenc, Horváth Miklós, Szabó Levente, Reményi Lajos, dr. Matota Kornél, Bodó Attila, Zelenák Donát, ifj. Szabó Levente, Radics Nóra, Katona Gergő, Kaszab Lázár Bonifác összeállításban ültünk asztalhoz. Az NB1-ből frissen kiesett, legerősebb csapatával (köztük 5 FM, 1 IM és 1 WIM minősítésű játékos) felálló ellenfelünköt sikerült elhozunk 3,5 pontot. Zelenák Donát és Bodó Attila 1-1, míg Katona



Ferenc, dr. Matota Kornél és Kaszab Lázár Bonifác fél-fél ponttal járultak hozzá az eredményhez. Folytatás a második fordulóban hazai pályán az MTK ellen.

Feladványfejtő játékunk aktuális állásában világos komoly előnybe került. A matt mégis távolinak látszik, mert a sötét király megindult a centrum felé. Ha azonban észreveszünk egy rafinált lépést, rövidre zárhatjuk a partit. 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 találhatók még az egyesületünk weblapján is, a martonvalsakk.hu címen.

Bakacs János MartonVál SC

MARTONVÁSÁR TÜZÉP

ÉPÍTŐANYAG ÉS TŰZELŐANYAG FORGALMAZÁSA

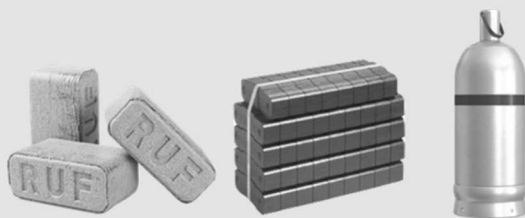
2462, Martonvásár, Szent László út 25.

Telefon: 0622 / 461-772 0620/ 373 93 40

Danucem Cement 32,5 R:	8300.-Ft./q
Danucem Extra cement 42,5 R:	9100.-Ft./q
SIKA S1 Flex. Csemperagasztó 25 kg:	6850.-Ft./db
SIKA C2TE Flex. Csemperagasztó:	5500.-Ft./db
SIKA C1TE Fagyálló Csemperagasztó:	3300.-Ft./db
SIKA Aljzatkiegénylítő 2 mm-15mm:	5950.-Ft./db
Gipszkarton 12,5 Normál:	2590.-Ft./db
Gipszkarton 12,5 Impregnált:	3710.-Ft./db
Síkháló 4mm:	6700.-Ft./db
Síkháló 6mm:	13.300.-Ft./db
Weber Estrich beton 25 kg:	1900.-Ft./db
Sóder 0-16 mm:	11.500.-Ft./m ³
Sóder 0-4 mm:	11.500.-Ft./m ³
Murva 0-5 mm:	11.500.-Ft./m ³
Tetőléc bramac 28 x 48 mm x 4m:	1200.-Ft./db
OSB lap 10 mm:	6000.-Ft./db
OSB lap 22 mm:	12.900.-Ft./db

Szén Ledvicei dió:	12.900.-Ft./q
Szén Német Brikett:	15.400.-Ft./q
Tölgyfa brikett 10 kg:	1590.-Ft./db
Bükkfa brikett 10 kg:	1500.-Ft./db
Gázpalack csere 11,5 Kg:	8600.-Ft./db

Polifarbe Intaler 15L Falfesték:	12.800.-Ft./db
Mélyalapozó 5 L:	6500.-Ft./db
Sika Akril festhető:	1250.-Ft./db
Takaró papír 25 m:	3700.-Ft./db



RÁCKERESZTÚRI HÍRMONDÓ • Ráckeresztúr Község Önkormányzatának lapja • XIII. 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