



október 23.
ÜNNEPI MEGEMLEKEZÉS

Pócsmegyer Község Önkormányzata
tisztelettel meghívja Önt és Családját

**2021. október 22-én, pénteken 17 órakor
a Pócsmegyer Rendezvényközpontban**
az 1956-os forradalom és szabadságharc
tisztelőre rendezendő megemlékezésre!

Beszédet mond
Németh Miklós
polgármester

Ünnepi műsorral fellepnek a
Zoldsziget Körzeti Általános Iskola tanulói

Mindenkit szeretettel hívunk és várunk!

A TARTALOMBÓL

Natre, a szív festője	2.
Önkormányzati hírek	3.
Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjpályázat	3.
A PirosLábos margójára	4.
Szociális tűzifa támogatás	4.
Nőgyógyászati rákszűrés	4.
Vasárnapi bábszínház	6.
Magányos szívek kávéháza	8.
Futapest – Pócsmegyer	9.
Zarnó, Surány tájfutója megszerezte 39. érmét	9.
Kötetlenül	10.
Zöld hírek a nagyvilágból	12.
Idesiüss	13.
Programajánló 2021	16.
Őszi alkony – Baráth Zsolt verse	16.

Madarakról mindenkinek – a csíz 23. oldal



Kovács Tamás lelkipásztor köszöntése 5. oldal



Egészségnap Pócsmegyeren 21-22. oldal



Natre, a szív festője

Zsúfolásig megtelt a Rendezvényközpont fogadóterme szeptemberi Natre kiállításon. A messziről érkezett vendégek már a megnyitó előtt egy órával ideértek. A szigetmonostori festőnek – több nemzetközi szakmai díj és kiállítás után – ez az első helyi tárlata a szigeten.

Natre – a név – tizenhárom éve egy álomban született. Épp úgy, mint a küldetés, hogy kódfestő lesz. Korábbi képei földtörténeti korok képei, melyek oldják a bennünk lévő blokkokat. A mostani arany képek már a tudatosság képei. Ezek már nem kódképek, mert ami most van, a Föld történetében még ismeretlen.

Másfajta tudatosságra van szükség, ami azt jelenti, hogy kezdj el a szíved szerint élni, mert a külvilág egy illúzió. Napjaink londoni buszmegállója elé vetített tigrisétől épp úgy megriadtak a járókelők, mint 125 éve Lumière vonatától. Natre képeihez nem



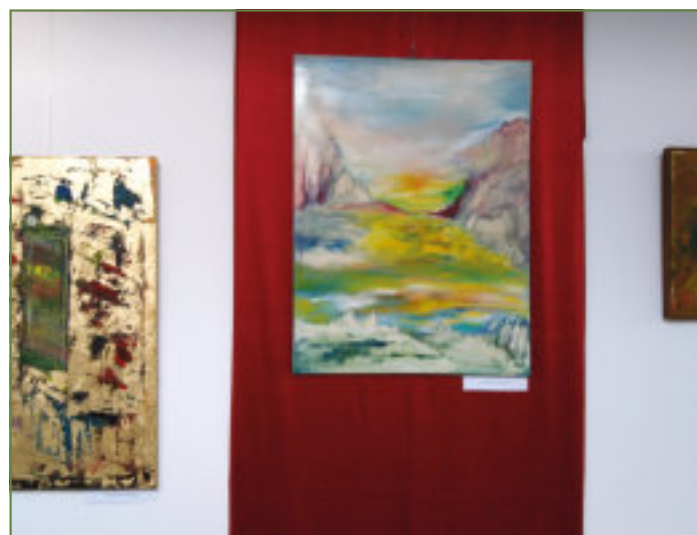
kell használati utasítás. Egyszerűen csak engedjük, hogy hasson! Az ujjal, késsel festett képek Velencétől-Salzburgig, Budapesttől-Pozsonyig sikerrel szerepeltek. A kiállítás Pócsmegyeren a Rendezvényközpontban október 29-ig tekinthető meg.

További információk:

www.natrepinter.com (felújítás alatt)

<https://www.saatchiart.com/account/profile/411902>

Natre elérhetőség: +36 30 413 2715



Önkormányzati hírek

Pócsmegyer Község Önkormányzatának Képviselő-testülete 2021. szeptember 28-án rendes, nyílt ülést tartott.

Az **1. napirendi pontban** az Önkormányzat 2021. évi költségvetésének I. félévi teljesítéséről szóló határozatot fogadta el a testület, melyet korábban a Pénzügyi – és Településfejlesztési Bizottság véleményezett.

A **2. napirendi pontban** az önkormányzat közép és hosszú távú vagyongazdálkodási tervének megvitatása és annak egyhangú elfogadása történt.

A **3. napirendben** a Bursa Hungarica Felsőoktatási Ösztöndíjpályázat 2022. évi fordulójához való csatlakozásról dön-



töttek a képviselők egyhangú szavazással.

A **4. napirendi pontban** a testület Pócsmegyer 2401/39 hrsz. alatti önkormányzati ingatlanra érkező vételi ajánlat elfogadásáról s ezzel az ingatlan értékesítéséről döntött 5 igen szavazattal, egy el-lenszavazat mellett.

Az **5. napirendi pontban** pedig a testület döntést hozott arról, hogy újabb pályázatot ír ki a Hunyadi u. 8. és a Fácános u. 2704 hrsz. alatti önkormányzati ingatlanok értékesítése érdekében.

Fentiekén túl a testület döntött arról, hogy csatlakozik Szentendre Város Önkormányzata felterjesztéséhez, mely Dr. Pázmány Annamáriát, a térség egészségügyének fejlesztéséért végzett munkája alapján, Pest megye díszpolgári címére javasolja.

A jegyzőkönyvek megtekinthetők a www.pocsmegyer.hu oldalon.

ZÁKÁNYNÉ DR. SZÓKE TÍMEA / JEGYZŐ



**Pócsmegyer Község Önkormányzata
az Innovációs és Technológiai Minisztériummal
együttműködve, meghirdeti a 2022. évre**

a Bursa Hungarica

Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjpályázatot,

melynek célja az esélyteremtés érdekében a hátrányos helyzetű, szociálisan rászoruló fiatalok felsőfokú tanulmányainak támogatása.

A pályázat benyújtásának határideje: **2021. november 5.**

Pályázati adatok feltöltése: <https://bursa.emet.hu/paly/palybelep.aspx> weboldalon

A személyes és pályázati adatok ellenőrzését, feltöltését követően a pályázati űrlapot kinyomtatva és aláírva a települési önkormányzatnál kell benyújtaniuk a pályázóknak.

A pályázat csak a pályázati kiírásban meghatározott csatolandó mellékletekkel együtt érvényes!

A részletes felhívás megtalálható a www.pocsmegyer.hu oldalon!

NÉMETH MIKLÓS
POLGÁRMESTER

A PirosLábos margójára

Idén október első hétvégéjén ismételtelen megrendezték Szigetmonostoron a PirosLábos Fesztivált, melynek sikeréhez idén településünk is nagyban hozzájárult. 2019-ben a Pro Pócsmegyer Kft. megkeresést kapott a Csoóri családtól, hogy az Emberi Erőforrások Minisztériuma által kiírt népzenei pályázaton való indulással támogassa egyedi zenei elképzelésüket. A pályázat keretében 8.000.000 Ft vissza nem térítendő támogatást igényeltünk és nyertünk el a Sziget-Világ-Zene projekt megvalósítására.

Ennek keretén belül 6 zenekar, 4 új formáció, 7 koncert biztosította a Piros lábos fesztivál egész napos minőségi népzenei kínálatát a színpadtechnikai háttérrel együtt. Az elnyert összeg tartalmazott továbbá tiszteletdíjakat, PR-, marketing-, és nyomdaköltségeket is.

Örülünk, hogy munkánkkal hozzájárulhattunk a fesztivál sikeréhez.

PRO PÓCSMEGYER KFT.



Szociális tűzifa támogatás

Tisztelt Lakosaink!

Az Önkormányzat a rászorulóknak az idei évben is nyújt tűzifa támogatást. Mindösszesen 90 m³ tűzifát ítél meg az önkormányzat számára a Belügyminisztérium. A szociális tűzifára vonatkozó **kérelmeket december elejéig lehet benyújtani a polgármesteri hivatalba**. Az ingyenes juttatásra jogosultak körét az önkormányzat rendeletben szabályozza. Kérelmet nyújthat be, aki aktív korúak ellátásában, időskorúak járadékában részesül, települési támogatásban részesül (különösen a lakhatási célú támogatásban), halmozottan hátrányos helyzetű gyermeket nevel, rendszeres gyermekvédelmi kedvezményben részesül, három vagy több gyermeket nevel, kiskorú, vagy gondnokság alá helyezett nagykorú gyermekét egyedül nevelő szülő, vagy 65 éven felüli egyedül élő nyugdíjas, rokkantsági ellátásban részesül, vagy tartósan súlyos beteg, rendszeres orvosi kezelésre szoruló személy.

A kérelem nyomtatványa legkorábban november 2-től átvehető a polgármesteri hivatalban Bor Ildikó igazgatási előadónál ügyfélfogadási időben, vagy letölthető a honlapról. Kérjük, mielőtt befáradnak a hivatalba a nyomtatványért, egyeztessenek időpontot a 06-26/814-844 telefonszámon.

Éljenek a lehetőséggel!

PÓCSMEGYER KÖZSÉG ÖNKORMÁNYZATA

Nőgyógyászati rákszűrés

**2021. 10. 22-én
9:00 - 12:00 óráig**

**ultrahanggal egybekötött
komplex rákszűrést végez**

**Dr. Dobos György
nőgyógyász,
a Szentendrei Szakrendelő főorvosa.**

**Helyszín:
Pócsmegyer Kossuth út 27
(Védőnői Szolgálat)**

A vizsgálatokra időpontot kell kérni Gyöngyösiné Baranyi Mária védőnőtől személyesen vagy a **06-30-694-32-65** telefonszámon 8:00 - 16:00 óráig.

PÓCSMEGYER KÖZSÉG ÖNKORMÁNYZATA

Kovách Tamás köszöntése

Kajos László gondnok, a presbitérium és a gyülekezet nevében köszöntötte Kovách Tamás tiszteletes urat 25 éves lelkipásztori szolgálata alkalmából

„Kedves Kovách Tamás Nagytiszteletű Úr! Gondolom, egy kicsit meglepődtél, hogy ilyen sokan összejöttünk a mai napon. Köszönhető ez a konfirmálást ünneplőknek, de sokan azért tették tiszteletüket, hogy Téged köszöntsünk 25 éves szolgálatod alkalmából.

1996. október 13-án volt a beiktatásod, de félve attól, hogy a sors közbeszól, és nem gyűlhetünk össze, ezért a leányfalui és pócsmegyeri presbiter testvérekkel úgy döntöttünk, hogy a mai nap a legalkalmasabb arra, hogy Téged köszönthessünk.

A jelenlévők türelmével nem szeretnék visza élni, ezért csak a legfontosabb, hozzáadható eseményeket említeném meg, mert ha az összes felsorolnám, akkor este 7 órakor is itt ülnénk:

Pócsmegyeren a torony, a templom újjáépítése, a biblia terem felújítása, a temetőben a ravatalozó megépítése, Leányfalun egy új templom építése, testvérgyülekezetekkel való kapcsolatfelvétel.

Amint már említettem még sok-sok elvégzett feladat a Te nevedhez fűződik, melyeket szívvel-lélekkel végeztél.

Tiszteletes Úr!

25 évvel ezelőtt úgy döntöttél, hogy Pócsmegyert-Leányfalut választod szolgálati helyedül.

Akkor már létezett a Pócsmegyeri Kisbíró, és 1996.júniusi számában bemutatkoztál és ebből a következőket emelném ki:

Éppen egy hónapja kezdtem el lelkipásztori szolgálatomat a Pócsmegyeri Református Gyülekezetben. Rövid ez az idő, így magam csodálkozom a legjobban, mennyire kötődöm máris a gyülekezethez és Pócsmegyerhez. Már eddig is nagyon sok figyelmességet, és kedvességet tapasztaltam a falu részéről. Érzem, sokaknak fontos, hogy minél hamarabb beilleszkedjem, gyökeret verjek. Fontosnak tartom a szolgálatomban, hogy az egész falu közössége érezze, a református gyülekezet élete mindenki számára gazdagító körülményt jelent.”

A felidézett bemutatkozásból is kiderült, hogy a döntésseddel mi nyertük a legtöbb-



bet. Szolgálatodat hűséggel, odaadással végezted és végzed.

Hálával telt szívvel köszönjük, hogy a lelkipásztorunk vagy és hirdeted számunkra Isten örök életű ígését.

Tudjuk mindannyian, hogy a családi háttér biztonsága, meghittsége a legnagyobb kincsek egyike, ezért köszönjük párodnak Györgyinek, hogy ezeket biztosította Neked. Nem lehetett könnyű öt gyermek mellett, hálásak vagyunk érte.

Kedves Tamás!

Köszönünk mindent Neked és kívánunk Istentől megáldott éveket, melyet szeretett családot és reméljük az általad választott pócsmegyeri-leányfalui hívekkel körülölelve töltheted majd el.

Köszöntőmet egy kis verssel zárnám:

Elérkezett a nap, melyre oly nagyon készülünk,

Tiszteletes Úrunk 25 éves szolgálatának ünnepére összegyűltünk.

A jelenlévők közül erről sokan nem tudtak, hiszen meglepetésre készült a presbitérium a mai nap.

Fogadd ajándékunk, melyet szeretettel adunk át,

aki készítette, nagyra becsült Kósa Kláránk. A másik ajándék egyelőre borítékban van, Rád vár a feladat, hogy az új palástot méretre szabasd.

Végezetül azt kívánjuk a jelenlévőkkel együtt Neked, hogy Isten áldásával éld tovább életed.

Szerető családot legyen mindig melletted, mi itt leszünk, hogy mindenben segíthessünk Neked.

Isten áldjon meg családdal és a gyülekezettel együtt!”





„Út, híd, kerékpárforgalmi létesítményépítése/felújítása” című, MFP-UHK/2021. kódszámú pályázat keretében, Pócsmegyer, Megyeri fasor külterületi részének útrekonstrukciója

A fejlesztés során a Megyeri fasor külterületi részének szilárd burkolattal történő ellátása valósul meg Pócsmegyer Surány településrészén.

Jelen projekt keretében a Megyeri fasor külterületi szakasza (hrs 042) a 0+00 és a 0+438 szelvény közötti rész épül meg, összesen 2.800 m² felületen, 40.833.040 Ft összértékben. Az útszakasz eleje a Szigeti útból válik ki. Az út mentén csapadékvíz elvezető és szikkasztó árkok kerülnek kialakításra 380 m hosszan, bruttó 3.899.408 Ft értékben. A tervezett kialakítás során a HÉSZ-ben jelzett szabályozási vonalak kerültek figyelembevételre. A meglévő forgalmi rend nem változik.

A projekt teljes költségvetése 46.812.418 Ft, mely tartalmazza a kivitelezés, a műszaki ellenőr és a projektmenedzser díját. Az elnyert támogatási összeg 39.999.999.- Ft, a fennmaradó részt az önkormányzat saját forrásból fedezi.

A támogatást a Miniszterelnökség bocsátja rendelkezésre. A Program végrehajtásával kapcsolatos feladatokat pedig a Támogató megbízása alapján Lebonyolító Szervként a Magyar Államkincstár látja el.

További információ kérhető:

Beruházó: Pócsmegyer Község Önkormányzata
tel: 26/814-850, e-mail: onkormanyzat@pocsmegyer.hu

projektmenedzser: Pro Pócsmegyer Kft.
tel: 30/844-4439, e-mail: promegyer@pocsmegyer.hu

Vasárnapi bábszínház

A Maszk Bábszínház volt a Rendezvényközpont vendége szeptember 26-án vasárnap délután.

A Máttyás király bolondja több korosztályt is vonzott. Nem csoda, hiszen a Máttyás mesék kor függetlenek.

Az előadás több történet füzérét mutatta: megismerhettük a holló és a gyűrű meséjét, a kolozsvári bíró esetét és a királyi lakomák világát. A gyönyörű óriás marionett bábok színpad nélkül még közelebb kerültek a közönséghez. Az előadást – a Köszönjük Magyarország program keretében – ingyenesen láthatták a családok.





PÓCSMEGYER

KOMMUNÁLIS, HÁZHOZ MENŐ CSOMAGOLÁSI (SZELEKTÍV) ÉS ZÖLDHULLADÉK 2021. IV. NEGYEDÉVI SZÁLLÍTÁSI REND

Társaságunk az alábbiakban tájékoztatja Önt a kommunális, az újrahasznosítható csomagolási (szelektív), és a zöldhulladék gyűjtéséről. Együttműködésüket ezúton is köszönjük!

A kommunális hulladékszállítás HÉTFŐI napokon történik!

HÁZHOZ MENŐ ZÖLDHULLADÉK GY ŰJTÉS 2021.	
október	november
4., 18.	1., 15., 29.

A kertgondozás során levágott fűvet és egyéb lágyszárú növényeket, illetve a lehullott falevelet a DTkH Nonprofit Kft. által **tértíesmentesen rendelkezésre bocsátott zöld színű lebomló műanyag zsákban**, illetve az ágrnyesedéket max. 100 cm hosszú kötegekben összekötve (alkalmanként maximum 1 m³ mennyiségben), a zöld zsák mellé helyezze ki az ingatlana elé, a közterületet nem szennyező módon.

A mindenkorl begyűjtéssel egyidej űleg munkatársaink 2 db cserezsákok (zöld színű, emblémás) biztosítanak. Szükség esetén további zsákokat az alábbi értékesítési helyeken lehet beszerezni átadás-átvételi jegyzőkönyv aláírása ellenében az ingatlanhasználó, vagy meghatalmazottja, a közszolgáltatás számlafizetője nevére. A zsák átvételéhez személyes okmányok szükségesek, mivel a közszolgáltatás ellenértéke, **180 Ft/db**, utólag a Nemzeti Hulladékgazdálkodási Koordináló és Vagyonkezelő (NHKV) Zrt. által kerül kiszámlázásra.

Szállítási alkalmanként, ingatlanonként 2 db ingyenes zsák, valamint további „korlátlan” mennyiségű megvásárolt, kék színű, DTkH emblémás lebomló zsák helyezhető ki.

HÁZHOZ MENŐ CSOMAGOLÁSI (SZELEKTÍV) HULLADÉKGYŰJTÉS 2021.		
október	november	december
11.	8.	6.

A mindenkorl begyűjtéssel egyidej űleg munkatársaink szállítási alkalmanként **a kihelyezett zsákkal megegyező** (csomagolási hulladék gyűjtésére szolgáló, átíatszó színű, emblémás) adnak.

Szállítási gyakoriságtól függetlenül, a megadott napon, az összegyűjtött csomagolási hulladék mennyiségi korlátozás nélkül kihelyezhető bármely átíatszó zsákban.

Kérjük, fokozott gondossággal járjanak el a hulladékok tömörítésével kapcsolatban, ezzel is csökkentve a tároláshoz szükséges hely, valamint a kihelyezésűkhöz szükséges zsákok mennyiségét!

FONTOS! Az űveg (színes és színtelen űbős, űdlős, boros, pezsgős) gyűjtése köbllve, az űveg gyűjtőpont(ok)on történik!

Űgyfélszolgálat és zsák értékesítés

cím	űgyfélfogadás	telefon	e-mail	honlap
Pócsmegyer, Kossuth űt - Ficsor Lászlóné E.v.-		-	-	-
DTkH Nonprofit Kft. 2600 Vác, Zrínyi űt 9.	H: 7.00 - 19.00 Sze: 12.00 - 16.00 P: 8.00-12.00	28/561-200	ugyintazes@dtkh.hu	www.dtkh.hu

Kérjük, fokozott figyelemmel tájékozódjanak a helyszínek és nyitva-tartások tekintetében, mert a járványűgyi helyzettől függően eltérhetnek a feltüntetettettektől!

Magányos szívek kávéháza avagy játék a könyvtárban

Szeptember utolsó hétvégéjén két Karinthy egyfelvonásos darabjának bemutatójára került sor a pócsmegyeri könyvtárban.

Schandl Eszter könyvtárvezető:

„Könyvtárunk 2017-ben vette fel Karinthy Ferenc nevét. A névadó ünnepségen jelen volt az író fia, Karinthy Márton is, aki később is ellátogatott hozzánk.

Nyilvánvaló volt, hogy a Karinthy Ferenc 100. születésnapja mellett nem lehetünk el szó nélkül. Amikor Leventével terveztük a programot tudtuk, hogy az egyfelvonásos darabjai közül szeretnénk valamit bemutatni. Először egy színész ismerősünkkel próbálkoztunk, amivel elég sok idő el is ment, de nem lett belőle semmi. Aztán jött a Covid, de februárban mégis felgyorsultak az események. Kriszta elvállalta a rendezést, s így ez az előadás lett a felnőtt színjátszó csoportjának az első munkája. Karinthy Vera – Karinthy Ferenc unokája – is meghívott volna bennünket a Karinthy színházba, de sajnos nem készültünk el júniusra. Először a PRK kamaratermébe terveztük az előadást, de a könyvtár intímabb terében jobban élt a játék.

A bemutatóra Karinthy Vera is eljött és nagyon meghatódott, mert a *Hangok az űrben* még soha nem szerepelt színpadon.”

Farkas Arnold Levente magyartanár, az előadás egyik főszereplője.

„A darab tervek közül a Dunakanyart Kriszta is ismerte, de a *Hangok az űrben*-t neki is én mutattam meg. Ez egy érdekes darab, egy hangjáték, amiben egy lány valakit kétszer hív telefonon és megpróbálják elhitetni egymással, hogy már volt közös előéletük. A rendezés során Kriszta zseniálisan találta meg azokat az eszközöket, amelyekkel izgalmasá válhat a játék. A kötél, a zsinórok, a tükör, a lábas, vagy a képeslap a nagyothalló figuránál pl. mind ilyenek. Az alakuló társulattól csak keveseket ismertem. Először februárban találkoztunk személyesen.

Nekem sok rövid, szaggatott megszólalásom van, amit nehezebb volt megtanulni, mint a hosszabb szövegeket. Per-



sze a női szereplőnek sokkal bonyolultabb feladata van. Az én figurám egy határozatlan alak, ami segíti a szövegbeli megingások túlélését. Határozatlannak akartam hozni a szerepet, mert azt gondolom, hogy bizonytalan, nem hazudik, de visszafordítja a lány szavait és ezzel mégis csak becsapja. Állítólag olyan voltam, mint egy tömeggyilkos.”

Kas Kriszta magyartanár az előadás rendezője.

„Ez a két darab első olvasásra megtetszett. A *Hangok az űrben* igazi kihívás, hiszen hangjáték, de akkor ez nem igazán foglalkoztatott csak, hogy mennyire ütős, mennyire mai és mennyire tudna reflektálni mai életünkre. A Dunakanyar személyesen érintett meg, s bár jómagam eddig inkább a kulisszák mögött helyezkedtem el, ennek a kedvéért szívesen kiálltam. Mindkettőben az emberi kapcsolatok (vagy azok hiánya) érdekeltek.

Tudtam, hogy felnőttekkel szeretném megcsinálni. Akkor ősszel indult volna Az Art osztály felnőtt csoportja. Úgy szerettem volna megvalósítani, hogy drámakör és színjátszókör is legyen, vagyis jöhessen az is, aki játszani szeretne, megnyilvánulni, és az is, aki nem szerepelni szeretne, de közösségben fog-

lalkozni magával, másokkal. Sajnos a járvány ezt keresztülhúzta, nem tudtunk indulni, így én kértem fel embereket, akikkel vagy már volt tapasztalatom, vagy úgy éreztem, velük jó lenne megvalósítani ezeket a darabokat.

Ősszel megcsináltam a szövegek könyveket és február 18-án online volt az első „találkozás”. Sokáig online folytak a drámafoglalkozások, próbák, amik így is meghitté tudtak válni. Eszternek felvettem, hogy az olvasóteremben lehetne az előadás, hiszen meghitt, varázslatos hely. Ő rögtön belement, így Cini tekintete egy képről és szelleme végigkísérte a próbákat, drámafoglalkozásokat. Ezeket az alkalmakat nagyon szerettük. A próbákat is és a közös játékokat, amelyek során csiszolódott össze a csapat. Nem mindenki ismerte egymást. Különböző generációjú, foglalkozású emberek találkoztak itt és mondhatom, nagyon sokat tanultunk egymástól, egymásról. Épültek a kapcsolatok és a karakterek is. Ez egy amatőr társulat, a lelkesedés, a közös alkotás élteti.

A premier napját gyakorlatilag bent töltöttük. Izgalommal vártuk az estét. Adigra „belaktuk” a teret, otthonosabban mozogtunk benne. Én úgy éreztem, megtörtént a varázslat.”

Futapest – Pócsmegyer

Szeptember 12-én vasárnap 5 és 10 km-es terepfutásra hívta híveit a Futapest Klub a Pócsmegyerre.

A Rendezvényközpont előtt már kora reggel csoportosan gyülekeztek a sportos kalandra várók. Itthonról és a határainkon túlról is összesen 142 neveztek. Koren Tamás, az egyesület elnöke tájékoztatója szerint Pócsmegyerről hatan vágtak neki a versenynek. Közülük Lange Csilla és Bojtor László is korcsportos harmadik helyezést ért el. Gratulálunk!



Zarnó, Surány tájfutója megszerezte 39. érmét

Zarnó, Surány rádiós tájfutója megszerezte 39. érmét az idei ARDF Európa bajnokság versenyén. Négy versenyszámban 3 arany 1 ezüst és 2 bronz érmet harcolt ki az eseményen. A bulgáriai Bansko síparadicsomban sprint, foxor-

ing és URH csapatban (Radics Anna Mária val) aranyat, RH egyéniben bronz, csapatban ezüst, URH egyéniben szintén bronz érmet szerzett. A magaslati levegő és a nehéz terepviszonyok erőn felüli küzdelmet igényeltek a W 55 kate-

góriában induló 61 éves sportolótól. A számos betegséggel küzdő sportoló régen pedagógusként dolgozott, és sorozatos térd és egyéb műtétek ellenére sem adta fel, hogy a csúcson fejezhesse be pályafutását.



IMPRESSZUM:

Felelős kiadó és szerkesztés: Pro Pócsmegyer Kft.,
2017 Pócsmegyer, Kossuth L. u.27.,
E-mail: kisbiro@pocsmegyer.hu; Tel.: 30/844 4439
Nyomás: Pannónia Nyomda Kft., Budapest
Megjelenik havonta 1200 példányban

Az aláírt cikkekért, képekért a szerző viseli a felelősséget. A mondanivaló nem feltétlenül egyezik a szerkesztőség véleményével; a sajtó- és szólásszabadság szellemében lapunkban helyt adunk egymásnak ellenmondó véleményeknek is, kivéve azokat, melyek egyéb okok miatt (erkölcsi, szélsőséges, stb.) kerültek kiltásra az újságból. A hirdetések tartalmáért a kiadó felelősséget nem vállal. Szerkesztőségünk fenntartja az írások szellemiségét nem érintő rövidítések és helyesbítések jogát.

Kötetlenül

Nem a falaktól korszerű és élhető közeg az iskola, hanem az emberektől.

Harminchét éven keresztül gyűjthettem közvetlen tapasztalatot az oktatásról. Történeteimmel megpróbálom szolgálni azokat, akik szeretnék mentesíteni gyermeküket a fölösleges kudarcoktól, stressztől, szorongástól. (Az írásban kitalált nevek szerepelnek)

Bagoly mondja verébnek ...

Szása, nagy kék szemeivel várakozón figyelt, aztán boldogan sorba rendezte a rajzlapja fölött a festéket, az ecsetet, és a miniatűr kis vizes tálkáját. A szomszédja, Ákoska ugyanúgy tett. Amikor mindenki felkészült, mehetett az alkotás. Hamar kiderült, hogy a társaság egyharmada soha életében nem festett még. Amíg a teljesen kezdőkkel foglalkoztam, Szása és a többi ügyes gyerek hozzáfogott a gyümölcsök festéséhez. Ott volt mindenki előtt egy alma. Tíz-tizenöt perc elteltével váratlanul Szása felsírt. Keservesen. A szája csupa piros festék, a rajzlapon rózsaszínű víztócsák csillogtak, az ecset szőrszájai szánszalmasan zilált állapotban meredeztek. Szása egyik markában az ecsettel a másikban az üres vizes tálkával kétségbeesetten zokogott. Kiderült, hogy a vízfesték piros korongja nem oldódott fel annyira, hogy tényleg piros legyen az alma, ezért az ecsetet többször benyálazva igyekezett feloldani. Aztán a vizes tálkából a víz valahogy a rajzlapra került, és az ecset szőre állandóan szétmaszatolta az alma vonalát, hiába vette újra a szájába, hogy végre összeálljanak. A bajok sorolása még intenzívebb sírást robbantott ki Szásából. Erre már a szomszéd is felnézett:

– Ügyetlen vagy – jelentette ki bölcsen Ákoska.

Neki sárga virított az arcán, kezében egy jó vastag ecseten fél tubus sárga temperafesték remegett, és a vízzel teli konzervdobozban meghatározhatatlan színű massa hullámszott, ahogy a másik kezével lötyögtette. Aztán bátran lecsapta a konzervdobozt az összemaszatolt rajzlapra, és felkapta az almáját. Nem zavarta, hogy sokféle festékpötty díszíti, jóízűen beleharapott a gyümölcsbe mondván, hogy ő sárga almát fest, és ez piros, tehát megeheti.

Mit lehet tenni, hogy a Szásához hasonló érzékenyek, szorongók magabiztosabbá váljanak a feladatvégzésben? Vagy hogyan lehetne az Ákoska-féléknél, a jobb teljesítmény érdekében, a túlzott magabiztosságot a reális önértékelésre szelídíteni? Az én tanácsom: ha lehet, előzzük meg a kudarc okozta katasztrófát! Két nagyon fontos tudást kell minél előbb megszerezniük csemetéinknek az iskolai beilleszkedés gördülékenységehez: a tanulásához szükséges képességeket és az eszközhasználatot.

Az ismeretlen terület mindig ijesztő még a felnőtteknek is, gondoljunk arra, hogy egy teljesen új helyzetben hogyan viselkednénk mi, és aztán gondoljunk arra, hogy gyermekeink tapasztalata a világról sokkal kevesebb. Az első iskolai hét kritikus időszak, mert nem ismerik az iskolai és pedagógusi szokásokat. Aztán mindenki a maga ütemében fogja fel hol is van. Az én első fiam sokáig azt hitte a tanító néni nem neki, hanem a többieknek beszél. Ezért aztán semmit sem csinált, csak várt türelmesen a padban ülve. Amikor megkérdezték tőle, miért nem teszi a dolgát? Azt mondta: mert várja, hogy neki is mondjon valamit a tanító néni, ha már a többiekkel végzett.

A tanulás alapja a problémamegoldó gondolkodás, ami a megszerzett információk gyakorlati felhasználásához nélkülözhetetlen. Ennek megtanítása nem a szülők feladata, de összefügg azzal, ahogy a hétköznapi tevékenységeket megtanítják gyermekeiknek. Az utasítások, gyakorlati eljárások a napi teendők közben a hibák javítása a szülői tanítgatás jellemzője. De a kisgyerek számára erősebb hatású a mintaadás. Követi, lemásolja szüleit, testvéreit, kortársait. Miközben a fogkrém adagolásáról tartunk kiselőadást két éveseknek, inkább mi is mossunk fogat mellette. A fürdővíz elkészítése, a ruhák hajtogatása, a polcok rendezése, takarítás, főzés közben a **beszélgetés** rendkívül fejlesztő hatású. Ha az ártalmatlan élelmiszerekből kirakunk elé néhány kis csészében adagokat ő is főzhet. Az összes érzékszervét fejleszti minél többféle anyagot, ízt, színt, formát ismer meg, annál többféle fogalmat alkot, ha még szavakba is tudja foglalni tapasztalatait, egyre kevesebb

segítséggel, a szókinccset is bővíti. A családi élet pozitív kötődéseiben, amit a párbeszéd és az élmények alapoznak meg, az érzelmi intelligencia erősödik, ami a motiváció, a szorgalom, a kíváncsiság, a megértés elengedhetetlen alapja.

Végül az taneszközökkel kapcsolatos gondolataimat osztom szülőtársaimmal. Amikor az iskolai felszerelések listájának láttán kapott sokkhatás múlni kezd, engedelmesen vásároljuk meg azokat, aztán ülünk le és nézzük meg, hogy tudja-e jól használni gyermekünk ezeket az eszközöket. Azonnal rádöbbenhetünk, hogy nem is olyan egyszerű jól és takarékosan bánni ezekkel. A minőség is gyakran kifogásolható. Sajnos az iskolák általában hagyományokra épülve javasolják az eszközöket, és nem mindig a praktikum szempontjából. A jól használható eszközök kincset érnek az oktatás során. A szám és betűkártyák kivágása, rendszerezése nem iskolai feladat. Ne várjuk el, hogy a gyermek majd ott kivagdossa, sorba rendezgeti. Sok időt és fölösleges kudarcot kerülhetünk el azzal, ha praktikusán tárolják, és könnyen kezelhetik. Aztán nem utolsó sorban a veszélyes eszközök biztonságos használatában is rutinosnak kellene lenniük. A ceruza, az olló, a zsírkréta, a kés, a villa, a kanál nem egyszerű eszköz a kisgyermek számára, viszont a tudatos alkalmazás mellett a fantáziáját, memóriáját, koncentráció képességét, ügyességét és sorolhatnám még mi minden fejlődik észrevétlenül általuk.

Összefoglalva: a fentebb bemutatott, mosolygásra fakasztó epizód első osztályban gyakran megismétlődik. Az érzelmek mélyébe tekintve azonban már nem lehet mosolyogni. A kudarc, bármilyen formában érkezik, mindig mély nyomot hagy a gyermeklélekleben.

Az alkotás élményét, örömét a felkészültség adja. Bármilyen tevékenységet végzünk, a szükséges ismeretek és készségek nélkül kár célokat, elvárásokat a gyerekek elé helyezni. A készségek magasabb szintjét pedig többszöri gyakorlással érhetik el kicsik és nagyok egyaránt, ehhez viszont használható (minőségi) eszközök kellene.

Tájékoztató

Kedves Szülő!

A szülő vágya, hogy láthassa gyermeke egészségtől vidám, testileg, érzelmileg, lelkiileg egészséges mosolyát. Több lehetőség vezethet ennek az eléréséhez.

Én az egyik lehetőséget kínálok ehhez a boldog élményhez.

A mozgás öröme

A mozgás játékelményt nyújt és az öröm, boldogság forrása lehet.

Hiszem, hogy a megfelelő mozgásos ügyesség kialakítása a születéstől kezdődik és kisiskolás korig egész életre szólóan stabilan megalapozható.

Meggyőződéssel vallom más szakemberekkel egyetemben, hogy az elemi mozgásokkal, vagyis a fundamentális motoros készségek alkalmazásával és a koordináció fejlesztésével segítjük elő indirekt módon a gyermekek tanulási képességeinek fejlődését.

Egyszóval a kognitív funkciók hatékony fejlődését alapozzuk meg, mely szerves részét képezi a gyermek egészség- és személyiségfejlesztésének, vagyis az egészséges felnőtté válás lehetőségét biztosítja.

Komplex fejlesztő hatást a család mellett a leghatékonyabban a heti rendszeres mozgás óvoda és kisiskolás korra tehető a legintenzívebben, amely értelmi és érzelmi fejlődéssel is párosul.

A mozgásfejlesztés célja, hogy a hangsúly a következő kulcskompetenciák fejlesztésére helyeződjenek:

- **kreativitás,**
- **kommunikáció,**
- **tanulás,**
- **gondolkodás,**
- **személyes és társas kapcsolatok**

A sokoldalú mozgáskészség megfelelő időben történő fejlesztése egy egészséges éntudattal, önértékeléssel rendelkező rendszeres mozgást igénylő felcseperedő fiatallá válik.

Remélem az általam kínált mozgás lehetősége elősegíti az Ön gyermeke minőségi mozgásfejlődését.

Helyszín: Pócsmegyer Rendezvényközpont

Időpont: csütörtök 16:00-17:00

Életkor: 1-2. osztályos korosztály

Sziklay Helga testnevelő – edző

Telefon: 06-30/616-18-58

Zöld hírek a nagyvilágból

Vége a hanoi medvecirkusznak

Látványos sikert ért el nemrég a méltatlan körülmények között tartott ázsiai fekete medvék megmentéséért küzdő Animals Asia Foundation. A szervezet vietnami menhelyén Tam Daóban már 189 – fekete bundájukon fehér félhold forma mintázatuk miatt hold medvének is nevezett – állat él. Most további négyen – Bors, Chili, Gyömbér és Sáfrány – kerülhet a farmra, akik a hanoi cirkuszban bicikliztek és más trükköket mutattak be. Most majd lekerül róluk a szájkosár, lesz helyette függőágyuk. A medvementő szervezet azzal büszkélkedik, meggyőzte a kulturális minisztériumot, hogy az anyjuktól elszakított állatokat a fogság testileg is, lelkiileg is tönkretesz, s erre is tekintettel – számos más országhoz hasonlóan – Vietnamban is betiltották a vadon élő állatok cirkuszi alkalmazását. A civil állatvédők elsősorban azt kívánják elérni, hogy szűnjenek meg azok a medvefarmok – ilyenek Kínában is szép számmal akadnak – ahol borzalmas körülmények között tartanak medvéket kizárólag azért, hogy epéjüket megcsapolják, amiből gyógyhatású, vagy annak tartott készítményeket állítanak elő. De a gyakran inkább kalodára hasonlító ketrecek annyira szűkek, hogy a medvék mozdulni sem tudnak. Némelyikük évtizedekig raboskodik így. Összevissza sebzik magukat, epéjük gyakran véres, vagy vizelettel szennyezett – fest sokkoló képet az alapítvány, amely a becslése szerint 400 „epemedve” kiszabadításáért kampányol Vietnamban és most kezd újabb, 300 medvét befogadó menhelyének kialakításába. Ami a tizenhat vietnami cirkuszban tartott vadakat illeti, a minisztériumi tiltás nem azonnal lépett hatályba, így a hanoi Központi Cirkusz önkéntes lépése után még évekig eltart, mire mindegyikben véget vetnek az összesen több száz, különféle vadállattal folytatott attrakcióknak.

(FORRÁS: EURONEWS.GREEN)

Városi sebességkorlátozások Európa nyugati felén

„Európa fővárosa”, Brüsszel és 18 településből álló régiója után (Kisbíró 2021. március) Párizs is a drasztikus tempólimit bevezetésével próbálja elérhetőbbé és balesetmentesebbé tenni a várost. Augusztus 30-adika óta a korábban általános 50 helyett óránként 30 kilométeres sebességgel lehet közlekedni



a város nagy részén. A szocialista Anne Hidalgo polgármesterrel az élen a városvezetés már korábban is korlátozta a gépkocsiforgalmat és növelte a kerékpárutak és -sávok hálózatát. A taxisok és a teherautósok berzenkednek, de egy korábbi felmérésben a párizsiak 59 százaléka támogatta a sebességkorlátozást. Ettől az intézkedéstől a balesetek számának legalább 25 százalékos csökkenését várják, és a korábbihoz képest fele annyi zajterhelést, az egyenletesebb forgalomtól pedig kisebb légszennyezést. A városkörnyéki agglomeráció lakosainak többsége, 61 százaléka viszont ellenezte az intézkedést, és a mintegy 40 millió autóst tömörítő autósok egyesülete is kételyeinek adott hangot, mondván, hogy Párizsban amúgy is ritkák a balesetek, amelyek többségében kerékpárosok az érintettek. A párizsi utcák 60 százalékában már eddig is az óránként 30 kilométeres sebesség volt megengedett. Hasonló viták folynak a spanyolországi Bilbao-ban is, ahol több évtizede kezdték a gyalogos utcák kialakítását, majd autómentesítették az egész óvárost és számos belvárosi bevásárlóutcát, fejlesztették a villamos, a metró, a hibrid- és az elektromosbusz-hálózatot, a kerékpárutakat, bérelhető bicikliparkot. Tavaly pedig – a 300 ezresnél nagyobb lélekszámú városok közt elsőként – 30 kilométer/óra csökkentették a megengedett sebességet. A bírálók főleg azt ellenzik, hogy még az olyan utakon sem szabad gyorsabban hajtani, amelyeket nem szegélyeznek házak. A városvezetés azonban egyelőre hajthatatlan. Számos traffipaxot telepítettek és telepítenek még. Bilbao egyike azoknak a városoknak, amelyek a fenntartható mobilitásért díjat kaptak az Európai Bizottságtól. Az idei kitüntetettek közt szerepelt még Grenoble, Lilienthal és Mönchengladbach. Bilbao a biztonságos közlekedésért érdemelte ki az elismerést.

(FORRÁS: TURIZMUSONLINE)

Szerb szeméthegek

Látványos sikert ért el nemrég a méltatlan körülmények között tartott ázsiai fekete medvék megmentéséért küzdő Animals Asia Foundation. A szervezet vietnami menhelyén Tam Daóban már 189 – fekete bundájukon fehér félhold forma mintázatuk miatt hold medvének is nevezett – állat él. Most további négyen – Bors, Chili, Gyömbér és Sáfrány – kerülhet a farmra, akik a hanoi cirkuszban bicikliztek és más trükköket mutattak be. Most majd lekerül róluk a szájkosár, lesz helyette függőágyuk. A medvementő szervezet azzal büszkélkedik, meggyőzte a kulturális minisztériumot, hogy az anyjuktól elszakított állatokat a fogság testileg is, lelkiileg is tönkretesz, s erre is tekintettel – számos más országhoz hasonlóan – Vietnamban is betiltották a vadon élő állatok cirkuszi alkalmazását. A civil állatvédők elsősorban azt kívánják elérni, hogy szűnjenek meg azok a medvefarmok – ilyenek Kínában is szép számmal akadnak – ahol borzalmas körülmények között tartanak medvéket kizárólag azért, hogy epéjüket megcsapolják, amiből gyógyhatású, vagy annak tartott készítményeket állítanak elő. De a gyakran inkább kalodára hasonlító ketrecek annyira szűkek, hogy a medvék mozdulni sem tudnak. Némelyikük évtizedekig raboskodik így. Összevissza sebzik magukat, epéjük gyakran véres, vagy vizelettel szennyezett – fest sokkoló képet az alapítvány, amely a becslése szerint 400 „epemedve” kiszabadításáért kampányol Vietnamban és most kezd újabb, 300 medvét befogadó menhelyének kialakításába. Ami a tizenhat vietnami cirkuszban tartott vadakat illeti, a minisztériumi tiltás nem azonnal lépett hatályba, így a hanoi Központi Cirkusz önkéntes lépése után még évekig eltart, mire mindegyikben véget vetnek az összesen több száz, különféle vadállattal folytatott attrakcióknak.

(FORRÁS: SZABADEUROPA.HU)
Sz. G.

Idesüss

Kókuszos csiga recept

Villámgyorsan kikeverhető, a ribizli és a mák remek párosítás.

Hozzávalók

- 40 dkg liszt
- 25 dkg margarin
- 4 db tojás
- 2 dkg élesztő
- 1 dl tej
- pici só
- 25 dkg kókuszreszelék
- 30 dkg porcukor

Elkészítése:

1. A lisztet a margarinnal, a tojás sárgájával, sóval és a felfuttatott élesztővel összegyúrtjuk.
2. Amíg kel a tészta, addig gőz felett felverjük a tojás fehérjét a cukorral és belekeverjük a kókuszreszeléket.
3. 4 részre osztjuk a tésztát, kinyújtjuk téglalap alakúra és megkenjük a kókuszos töltelékkel. Szoroson felcsavarjuk és kb 2 cm-es darabokra vágjuk. A csigákat sütőpapírral bélelt tepsibe sorakoztatjuk, egymástól távolabb és kb 20 percig pihentetjük.
4. Hideg sütőbe toljuk a tepsit, beállítjuk 180 fokra és kb 30 perc alatt készre sütjük.

FORRÁS: RECEPTNEKED.HU

Kókuszkočka recept

Hozzávalók

Tésztához:

- 40 dkg liszt
- 1 csomag sütőpor
- 10 dkg margarin
- 20 dkg kristálycukor
- 2 csomag vaníliás cukor
- 2 db szabadtartásos tojás
- 3 ek olvasztott méz
- 2 dl tej

Kakaós máz:

- 20 dkg porcukor
- 20 dkg margarin
- 3 ek kakaó
- 1 rumaroma
- 1 dl tej

Továbbá:

- 1,5 csomag kókuszreszelék



Elkészítése:

1. A margarint keverjük ki a cukorral, a vaníliás cukorral, az egész tojásokkal és az olvasztott mézzel. Ezután keverjük hozzá a tejet, majd szitáljuk hozzá a sütőporral összekevert lisztet.
2. Egy 22x32 cm-es tepsit béleljünk ki sütőpapírral, majd öntsük bele a masszát.
3. Helyezzük be előmelegített sütőbe, és közepes hőmérsékleten süssük 35-40 percig. A sütőből kivéve hagyjuk a tepsiben pár percig, majd rácsra helyezve, hűtsük ki egészen.
4. A margarint olvassuk fel, majd keverjük hozzá a porcukrot, a kakaót és a tejet. Tegyük vissza a tűzre, és pár perc alatt kevergetve forraljuk ki. Ezután vegyük le a tűzről, majd keverjük hozzá a rumaromát (v. ízlés szerint rumot).
5. A teljesen kihűlt tésztát ízlés szerint szeleteljük fel, majd egyesével mártogassuk bele a kakaós-rumos masszába. Ezután forgassuk bele a kókuszreszelékbe, majd hagyjuk 1-2 órát állni, hogy az ízek jól összeérjenek.

Tipp:

A mézes tésztának köszönhetően nem szárad ki, így már pár nappal a fogyasztás előtt megsüthetjük, majd száraz, hűvös helyen tároljuk.

FORRÁS: RECEPTNEKED.HU

Cseresznyés, joghurtos kevert

Hozzávalók:

- 5 db tojás
- 25 dkg liszt
- 2,5 dl étolaj
- 25 dkg cukor
- 1 cs sütőpor
- 175 g natúr joghurt
- 1 ek citromlé vagy 1 citrom leve
- 30 dkg cseresznye magozva

Elkészítése:

1. A tojásokat szétválasztjuk. A tojásfehérjét a cukorral kemény habbá verjük, majd hozzáadjuk a tojássárgákat és összeforgatjuk. Ezután hozzákeverjük az étolajat, a joghurtot, a citrom levét és alaposan összeforgatjuk. Végezetül a sütőporral elkevert lisztet forgatjuk bele.
2. Egy 20x34 cm-es tepsit sütőpapírral kibélelünk, a masszát beleöntjük és egyenletesen eloszlatjuk. A tetejére szórjuk a magozott cseresznyét.
3. 180 fokra melegített sütőben kb 40 percig sütjük (tűpróbát végezzünk).
4. Hagyjuk kihűlni, majd tetszőleges nagyságúre felvágjuk és porcukorral megszórva tálaljuk.

FORRÁS: RECEPTNEKED.HU

Almás, diós kevert csokimázzal

Hozzávalók

- 1 db tojás
 - 20 dkg kristálycukor
 - 1 vaníliás cukor
 - 30 dkg lé dús alma reszelve
 - 15 dkg finomliszt
 - 10 dkg darált dió
 - 1 tk őrölt kávé (elmaradhat)
 - 1 csomag sütőpor
- A mázhoz:
- 10 dkg csokoládé
 - 3 dkg vaj

Elkészítés

1. A tojást a cukrokkal és a reszelt almával kikeverjük.
2. A sütőport a liszttel, a kávéval és dióval összekeverjük, majd hozzá adjuk az előző masszához.
3. Fakanállal szépen hozzá forgatjuk.
4. 20x30 cm-es tepsit szilikonos sütőpapírral béleljük, a tésztát bele öntjük, elsimítjük.
5. 200 fokra melegített sütőben 30-35 perc alatt megsütjük.
6. A sütés vége felé alufóliával betakarjuk.
7. A kihűlt süteményt csokoládéval bevonjuk.
8. A vajat a csokoládéval mikróban felolvasztjuk, simára keverjük és bevonjuk vele a süteményt.
9. Dermedés után a süteményt kockákra szeljük.

FORRÁS: RECEPTNEKED.HU



Pócsmegyer Község Polgármestere

2017 Pócsmegyer, Hunyadi u. 6.

Tel.: 06 (26) 814-843, Fax.: 06 (26) 395-702,

E-mail: polgarmester@pocsmegyer.hu

ELADÓ INGATLAN!

Pócsmegyer Község Önkormányzata eladásra kínálja
önkormányzati tulajdonú ingatlanát

Cím	Ingatlan területe	Ingatlan-nyilvántartási megnevezése	Övezeti besorolás	Bruttó induló ár
2017 Pócsmegyer, Fácános u. 2407 hrsz.	1.079 m ²	művelési ágból kivett zártkert	Lke-4	6.500.000 Ft

A vételi ajánlatokat postai úton, vagy személyesen a Polgármesteri Hivatalba (Pócsmegyer, Hunyadi u. 6.) kell benyújtani.

Határidő: 2021. november 17.

Az ingatlan megtekinthető minden hétköznap 9-16 óra között. Konkrét időpontot előzetesen a Polgármesteri Hivatal műszaki előadójánál kell egyeztetni a 30 /691 7837 telefonszámon.

A vételi ajánlatnak tartalmaznia kell: A Vételi ajánlatot tevő nevét, levelezési címét, székhelyét, elérhetőségi adatait: telefonszám, e-mail cím, a megvásárolni kívánt ingatlan pontos meghatározását, vételi ajánlatát az ingatlan vételárára vonatkozóan, amely a bruttó induló árnál kevesebb nem lehet. Nyilatkozatot a vételár teljesítésére vonatkozó kötelezettség vállalásáról. Gazdasági társaság ajánlattevő esetén cégkivonatot és aláírásra jogosult aláírási címpéldányát másolati példányban, a kijelölt kapcsolattartó telefonszámát, átláthatósági nyilatkozatot.

Az ajánlattevők közül a nyertest a Képviselő-testület állapítja meg a vételi ajánlatok benyújtására előírt határidőtől számított 15 napon belül, indokolt esetben 60 nappal a döntés határidejét meghosszabbíthatja. Amennyiben több azonos összegű érvényes ajánlat érkezik, az ajánlattevők erről értesítést kapnak, és megjelölt hatánapig új ajánlatot tehetnek.

Az eredményről az ajánlattevőket az elbírálást követő 15 napon belül írásban értesítjük.



Pócsmegyer Község Polgármestere

2017 Pócsmegyer, Hunyadi u. 6.

Tel.: 06 (26) 814-843, Fax.: 06 (26) 395-702,

E-mail: polgarmester@pocsmegyer.hu

ELADÓ INGATLAN!

Pócsmegyer Község Önkormányzata
pályázati felhívást tesz közzé
önkormányzati tulajdonú ingatlan értékesítésére

Cím	Ingatlan területe	Ingatlan-nyilvántartási megnevezése	Övezeti besorolás	Bruttó induló (licit) ár	Pályázati biztosíték
2017 Pócsmegyer, Hunyadi utca 8. 158 hrsz.	565 m ² , ebből az ingatlan 255 m ²	kivett lakóház, udvar	Vt-4	41.1000.000 Ft	411.000 Ft

A pályázatokat a hivatal Iktatójába
2021. november 15. 16 óra 0 percig
(Pócsmegyer, Hunyadi u. 6.) kell benyújtani.

Minden szükséges információt a pályázati kiírás tartalmaz, amely a Polgármesteri Hivatalban átvehető, és a hivatal honlapjáról www.pocsmegyer.hu letölthető.

Tájékoztatás telefonon: 06 30/242 3099

Programajánló 2021

IDŐPONT	PROGRAM	HELYSZÍN
Október 22. / 15:00 – 17:30	Véradás	Rendezvényközpont
október 22.	Ünnepi megemlékezés	Rendezvényközpont
Október 30. / 9:00 – 14:00	Egészségnap	Rendezvényközpont
Október 31. / 10:30	Reformáció emlék istentisztelet	Református templom
November 1. / 15:00	Halottak napi istentisztelet	Református temető
november 26.	Idősek napja	Rendezvényközpont
November 27. / 15:00	Adventi koszorúkészítés	Rendezvényközpont
november 28.	Gyertyagyújtás	Napsugár tér
December 4. / 14:00 – 18:00	„Neked van sütnivalód?” – adventi készülődés, kézműves vásár, Farkasházi Réka és a Tintanyúl, valamint Szulák Andrea adventi koncertje	Rendezvényközpont
December 5. / 17:00	Családi istentisztelet	Rendezvényközpont
December 5. / 17:45	Mikulásváró	Rendezvényközpont
december 5.	Gyertyagyújtás	Rendezvényközpont
december 12.	Gyertyagyújtás	Napsugár tér
December 19. / 10:30	Gyermekek karácsonya istentisztelet	Rendezvényközpont
december 19.	Gyertyagyújtás	Rendezvényközpont
december 19.	Diótörő - Nektár Színház előadása	Rendezvényközpont
december 31.	Szilveszteri bál - Nyugdíjas Egyesület	Rendezvényközpont

Baráth Zsolt

Őszi alkony

Szeretem az őszi tájat
Bokrot, tisztást, száraz ágat
Sárga, barna, zöld színeket,
Az avarszagú hűs szeleket.

Festői szép az ég, ha nézem
Lefestve bár giccsnek vélem.
Narancsba borul a kék álom,
A meleg bújik ilyen áron.

Rózsaszegély fehér paplan,
A nap búvhelye mozdulatlan.
Csak sárga fénye les mögüle
Kékből mély bíborba öltve.

Szemerklél már halk csendesen
Platánlevél ring nedvesen.
Mókus ugrik fáról fára,
Várja már a kicsi párja.

A fehér paplan szürkül immár,
A szél is nedves csókot hint már.
Falevelet küld a nyárnak,
Búcsúlevél ez a mának.

Az est az eget átkarolja,
Az idő a fényt most odébb tolja.
Sötét borul az őszi tájra,
Álom borul az éjszakára.

Pócsmegyer Rendezvényközpont (PRK)

Pócsmegyer, Kossuth L. u. 27., Tel: 26/ 200-013,
E-mail: prk@pocsmegyer.hu
www.prk.pocsmegyer.hu

NYITVA TARTÁS:

Hétfő – Csütörtök: 8:00 – 19:00

Péntek: 8:00 – 12:00

HÉTFŐ

15:30 – 17:30 Ritmikus Sportgimnasztika – Gyöngyszem SE.

18:00 – 19:30 Jóga – Nagy Emma

KEDD

8:00 – 12:00 Családsegítő – Martonné Balga Andrea

16:00 – 17:00 Görkori Suli – Gáspár Sándor

17:00 – 18:00 Karate – Sipos István

18:15 – 19:15 Cross Training – Sipos István

SZERDA

15:30 – 18:30 Ritmikus Sportgimnasztika – Gyöngyszem SE.

CSÜTÖRTÖK

12:00 – 16:00 Családsegítő – Martonné Balga Andrea

16:00 – 17:00 Játékos ügyességfejlesztő torna

17:00 – 18:00 Karate – Sipos István

18:15 – 19:15 Cross Training – Sipos István

SZOMBAT

15:00 – 16:00 Görkori Suli – Gáspár Sándor



Családsegítő – Martonné Balga Andrea

Ügyfélfogadás a PRK-ban

Kedd: 8:00 – 12:00 és Csütörtök: 12:00 – 16:00

Tel.: 06-20/217-2883, E-mail: szolgalat@dunakanyari.hu

Civilek Háza állandó programjai

Surány, Akácós út 17

Hétfő, szerda, péntek 18:30 – 19:30

Női torna – Ficzek Kati

Tel.: 30/596-7581

Pócsmegyer-Surány Nyugdíjasok Egyesülete

Klubnap minden kedden 17:00 – 22:00

a Civilek házában (Surány, Akácós út 17)

Telefonszám: 20 325 1960

Bankszámla: Takarékbank Zrt 50421026-10002845



Pászthornyé

Dr. Tóth Mária ügyvéd

**Ügyvédi tevékenység
a Dunakanyarban!**

- polgári jog – ingatlanokhoz kapcsolódó ügyek, öröklés, adósság behajtás
- családjog – házasság megszűnése, házassági vagyonjog, szülői felügyelet, gyermek tartása
- munkajogi ügyek
- cégjog -cégalapítás, változásbejegyzés

Fogadóóra előzetes időpontegyeztetés alapján,
az alábbi helyszíneken:

- Pócsmegyer Rendezvényközpont
Pócsmegyer, Kossuth Lajos u. 27.
- Leányfalu Faluház
Leányfalu, Móricz Zsigmond út 124.

További infó és elérhetőség:

www.toth-ugyvediroda.hu

Email: tothugyved.iroda@upcmail.hu • info@toth-ugyvediroda.hu

Telefon: 06-30/ 284-4245

Karinthy Ferenc Könyvtár

Hétfő: 8:30 – 12:30 15:00 – 18:30

Kedd: 8:30 – 12:30 –

Szerda: 8:30 – 12:30 15:00 – 18:30

Csütörtök: Zárva

Péntek: – 15:00 – 18:30

Minden hónap első szombatján: 10:00 – 12:00

Cím: 2017 Pócsmegyer, Kossuth u. 27. (PRK)

Tel.: 06 30 831 0301

E-mail: konyvtar@pocsmegyer.hu

facebook: Könyvtár Pócsmegyer-Surány

Közérdekű telefonszámok

Mentők	104
Tűzoltók	105
Rendőrség	107
Szentendrei Rendőrkapitányság	06-26/502-400
Tahi Rendőrőrs	06-26/387-140
Körzeti megbízott – Kaprinai Mónika Csilla – r. ftőrm	06-20/489-6758
Kéményseprés	1818
Szentendrei Földhivatal	06-26/312-413 06-26/301-743
Szentendrei Közjegyző	06-26 311-581
Agrártámogatások – Hansági Dénes	06-30/244-9546
Barangoló Óvoda	06-26/396-078
Pócsmegyer Iskola	06-26/395-133
Szigetmonostor Iskola	06-26/393-100
Pócsmegyer Rendezvényközpont	06-26/200-013
Pro Pócsmegyer Kft.	06-30/844 4439
Karinthy Ferenc Könyvtár	06 30/831-0301
Nyugdíjas klub	06-20/325-1960
Posta	06-26/395-575
ELMŰ Ügyfélszolgálat	06-1-238-3838
Református Lelkesi Hivatal	06-26/395-128
Római Katolikus Plébánia	06-26/385-807
Baptista Lelkesi Hivatal	06-20/886-1927

A Polgármesteri Hivatal elérhetőségei

Cím: 2017 Pócsmegyer, Hunyadi u. 6.

Tel.: 06-26/395-006, Fax: 06-26/395-702, E-mail: onkormanyzat@pocsmegyer.hu

Ügyfélfogadás

Hétfő: 13:00 – 16:30, Szerda: 8:00 – 16:30, Péntek: 8:00 – 12:00

Németh Miklós polgármester fogadóórja előzetes bejelentés alapján

Feladatkör – ügyintéző	Telefon	E-mail
Polgármester Németh Miklós	06-26/814-850	polgarmester@pocsmegyer.hu
Jegyző Zákányné dr. Szőke Tímea	06-26/814-842	jegyzo@pocsmegyer.hu
Titkárság dr. Kálmán-Kreisz Ágnes	06-26/814-850	kalman-kreisz.agnes@pocsmegyer.hu
Adóügyek Tóth Tímea Hajdúné Kánai Enikő	06-26/814-848 06-26/814-841	ado@pocsmegyer.hu ado2@pocsmegyer.hu
Pénzügy Simon Zsuzsanna Debreczeni Beáta Somogyi Ágnes	06-26/814-846 06-26/814-849 06-26/395-006 / 860 mellék	gazdalkodas@pocsmegyer.hu penzugy@pocsmegyer.hu etkezes@pocsmegyer.hu és penzugy2@pocsmegyer.hu
Műszaki előadó (Építési- műszaki és csatorna ügyek) Takács József	06-26/814-847	muszak@pocsmegyer.hu
Iktatás Somogyiné Alagyi Szilvia	06-26/814-845	iktatas@pocsmegyer.hu
Igazgatás (Anyakönyvi ügyek, lakcímbejelentés) Bor Ildikó	06-26/814-844	igazgatas@pocsmegyer.hu
Közterület felügyelet Koós Roland	30-214-1202	kozteruletfelugyelet@pocsmegyer.hu

GYÓGYSZERTÁR

Pócsmegyer, Ady E. u. 12.,

Tel.: 06-26/395-277

Hétfő: 14:00 – 18:00

Kedd: 8:00 – 12:00

Szerda: 13:00 – 17:00

Csütörtök: 8:00 – 12:00

Péntek: 8:00 – 12:00

ORVOSI ÜGYELET

Tahitótfalu, Visegrádi u. 12.,

Tel.: 06-26/387-030

Hétköznap 17:00 órától reggel 7:00 óráig
Hétfőn és ünnepnapokon egész nap.

GYERMEKORVOSI ÜGYELET

Szentendre, Bükköspart 27.,

Tel.: 06-26/312-650

Hétfőn és ünnepnapokon:

9:00 – 13:00 óra közt gyermekorvosi ügyelet,
13:00 óra után a központi ügyelet

HÁZIORVOS

Dr. Szabó György – Tel.: 06-70/293-0050

Pócsmegyer, Kossuth u. 27.,

Tel.: 06-26/395-123

Hétfő: 14:00 – 19:00

Kedd: 8:00 – 12:00

Szerda: 13:00 – 17:00

Csütörtök: 8:00 – 12:00

Péntek: 8:00 – 12:00

VÉDŐNŐ

Gyöngyösiné Baranyi Mária

Pócsmegyer, Kossuth u. 27.,

Tel.: 06-26/395-123, Mobil: 06-30/694-3265

Kedd 8:30 – 9:30

Szerda 8:30 – 12:30

ÁLLATORVOS

Dr. Bándli József – Tel.: 06-30/974-2548

Hivatalba történő előzetes bejelentés alapján.

DunakanyarVet Állatorvosi Rendelő

Tahi, Elekfy Jenő utca 4., Tel.: 06-20/450-0709

FOGORVOS

Dr. Csikos Csilla – fogszakorvos

Pócsmegyer, Kossuth u. 27.,

Bejelentkezés: 06-70/626-2679 telefonszámon

TB finanszírozott rendelési ideje::

Hétfő: 8:00 – 15:00

Szerda: 12:00 – 19:00

Csütörtök: 8:00 – 15:00

Magánrendelés ideje:

Hétfő: 15:00 – 16:00

Szerda: 19:00 – 20:00

Csütörtök: 15:00 – 16:00

ÁLLATPATIKA a szigeten

Tahitótfalu, Hősök tere 15.,

Tel.: 06-70/369-1111 /

www.dunakanyarvet.com

Hétfő – Péntek: ... 8:00 – 11:00 / 15:00 – 18:00

állatorvosok:

Dr. Munkácsi Miklós és

Dr. Löbmann Csilla

PÓCSMEGYER – LEÁNYFALU RÉVÁTKELŐ MENETREND

Rudas és Társa Bt., Tel.: 06-30/202-2283

Munkanap		Hétvége és ünnepnap	
Pócsmegyer	Leányfalu	Pócsmegyer	Leányfalu
5:00	5:05	**4:50	**4:55
5:45	5:50	**5:45	**5:50
6:10	6:35	6:15	6:35
6:40	6:45	6:40	6:45
*7:00	*7:05	–	–
7:30	*7:35	7:30	8:00
*7:40	8:00	–	–
8:40	9:00	8:40	9:00
9:40	10:00	9:40	10:00
10:40	11:00	10:40	11:00
11:40	12:00	11:40	12:00
12:40	13:00	12:40	13:00
13:40	14:00	13:40	14:00
14:30	14:35	–	–
15:00	15:05	14:40	15:00
15:30	15:35	15:40	16:00
16:00	16:05	–	–
16:30	16:35	16:40	17:00
17:00	17:05	–	–
17:30	17:35	17:40	18:00
18:00	18:05	–	–
18:30	18:35	18:30	18:35
19:10	19:30	19:10	19:30
**20:10	**20:45	**20:10	**20:45
**21:10	**21:45	**21:10	*21:45

VITELDÍJAK: • Felnőtt jegy: 260 Ft, • Diák-Nyugdíjas jegy: 160 Ft
• Kerékpár: 200 Ft • Kisállat: ingyenes

BÉRLETEK: • Dolgozó: 4.800 Ft, • Diák-Nyugdíjas jegy: 2.800 Ft

* jelölt csak tanítási idő alatt, bérlet érvényessége minden hó 05-től.

** jelölt csak telefonos egyeztetés alapján, aznap 18 óráig.

Bérelt érvényessége következő hó 05-ig.

Kormányablak Tahitótfalu

Cím: 2022 Tahitótfalu Szabadság tér, Tel.: 1818, E-mail: 1818@1818.hu

Nyitva tartás:

Hétfő: 8:00 – 18:00

Kedd: 8:00 – 16:00

Szerda: 11:00 – 19:00

Csütörtök: 8:00 – 16:00

Péntek: 8:00 – 14:00

Zárás előtt fél órával már nincs mód új sorszám húzására,
új ügyfelet fogadni.

Hulladékgyűjtés

A szelektív és zöld hulladék zsákok beszerzése

Zöldhulladék gyűjtő zsákok 180 Ft áron, a szelektív hulladék gyűjtő zsákok térítésmentesen beszerezhetőek az alábbi helyszíneken:
Ficsor Lászlóné Vegyes Iparcikk (Kossuth Lajos utca 21.)

A kommunális, zöld és szelektív gyűjtések időpontjai:

	Dátum	Kedd	
Október	október 4.	Kommunális	Zöld
	október 11.	Kommunális	Szelektív
	október 18.	Kommunális	Zöld
	október 25.	Kommunális	–
November	november 1.	Kommunális	Zöld
	november 8.	Kommunális	Szelektív
	november 15.	Kommunális	Zöld
	november 22.	Kommunális	–
	november 29.	Kommunális	Zöld

Duna-Tisza közti Hulladékgazdálkodási Nonprofit Kft. elérhetőségei:



Telefon: 06 (28) 561-200,

Cím: 2600 Vác, Zrínyi út 9.

E-mail cím: ugyintezes@dtkh.hu,

Honlap: www.dtkh.hu

GÁL FERENC
Épület- és bútorasztalos

☎ +36 30 241 0592
✉ [gal.ferencev@gmail.com](mailto:g.al.ferencev@gmail.com)

Apróhirdetés

Tetőfedő, bádogos, lapostetők szigetelése és ács munkák.
Nyugdíjasoknak 10% kedvezmény!
 Tel. szám: 06 70/578-14-68, este 18 óra után: 26/630-384
 E-mail: badogosbela47@gmail.com.

Apróhirdetéseket, céges hirdetéseket leadhatják
 a PRK-ban: 2017 Pócsmegyer, Kossuth u. 27.
 és elküldhetik e-mailben a
kisbiro@pocsmegyer.hu címre.



muszakitahi.hu

MŰSZAKI VIZSGA – 06 30 900 4898

Tahitótfalu, Szabadság út 15.

BENT A TSZ TERÜLETÉN

- EREDETIVIZSGA • KÖTELEZŐ BIZTOSÍTÁS
- OKMÁNY ÜGYINTÉZÉS

INGYENES ÁLLAPOTFELMÉRÉS



**KUBICSEK
MÁRK**

- **Hőszivattyúk,
klíma-és légkezelő rendszerek**
telepítése és karbantartása
- **Villanszerelés**
- **Napelemes rendszerek**
kivitelezése és karbantartása
- **Épületgépészeti kivitelezések**

Mobil: +36 20 508 98 85
 E-mail: kubicsekklima@gmail.com

Minden, ami kert!

- Tuskómarás (fák, cserjék),
- Telektisztítás,
- Fűkaszás,
- Fakivágás,
- Kertkarbantartás,
- Fűvesítés,
- Növényültetés,
- Permetezés,
- Zöldhulladék elszállítás,
- Nagyobb zöldterület nyírása fűnyíró traktorral



Hívjon bizalommal!
Csereklye Csaba

Tel.: 06-20 8228502
 e-mail: csaba.csereklye@gmail.com

TŰZIFA ELADÓ!

TÖLGY HASÍTVÁ 17.000,- Ft/m³
 (ömlesztve)

AKÁC HASÍTVÁ 18.500,- Ft/m³
 (ömlesztve)

A mennyiség a kocsiplatóján lemérhető és ellenőrizhető! 1 m³=1 m x 1m x 1m

Köbméteres vásárlás esetén az ár tartalmazza Tahitótfalu 10 km-es körzetében a házhozszállítás költségét is.

Forester Kft. / Szabó Zoltán

Tel.: 06-20/933-1945

Madarokról mindenkinek – a csíz



hím csíz tujafán



zöldike, fenyőpinty és csíz etetőn

Szeptemberben már javában zajlik a madarak vonulása, várható tehát a csízek megjelenése is. Ez a kis termetű pintyféle ugyanis hazánkban csak ritkán fészkel, így szeptember-április közt találkozhatunk vele, ilyenkor kisebb-nagyobb csapatokban kutat táplálék után, megjelenve a madáretetőkön is. Nálam októbertől márciusig látogatja az etetőimet tengelicekkel, zöldikékkal vegyesen.

A csíz Észak és Közép-Európa, Szibéria, Közép-Ázsia hegyvidékein költ, de fészkel az Appennini- és Balkán-félszigeten, valamint a Kaszpi-tenger környékén is. Hazánkban egyedül a Bükk hegységben bizonyított a költése, de fészkelési időben látták már a Hanságban, a Zempléni-, Kőszegi-, Soproni-hegységben és a Bakonyban is. Elsősorban a lucfenyvesek lakója.

A csíz sárgászöldes alapszínű, sötét vonalkázással díszített, kis testű, hegyes csőrű madárka, a hím és tojó jól megkülönböztethető. Az öreg hím fejteteje sötét fekete, a pofák és az alsótest sárga, az oldalakon finom sötét szárfoltokkal. A felsőtest sötét zöldessárga, finom hosz-

szanti foltozottsággal. A hasaalja fehér. A farcsíkja sárga, a farok rövid, a tövével sárga foltal. A tojó fejtetején és torkán nincs fekete szín, kevesebb a sárga szín a tollzatában, viszont erőteljesebb a foltozottság. A csízek szárnyán feltűnő sárga sáv látható. Sokan a csicsörkével tévesztik össze, de míg a csíznek kicsi feje és hegyes csőre van, addig a csicsörke nagy fejű és vaskos csőrű madár.

A csíz magevő madár, kedvenc tápláléka az éger magja, melyet nagy ügyességgel bont ki az áltoboztermésekből, sokszor fejével lefele függeszkeszve azokon. De ugyanúgy szereti a nyírfa, a lucfenyő, a vörösfenyő és a juhar magját, városokban pedig a tuja magját fogyasztja előszeretettel. Parlagokon a katángok, imolák magvait eszi, megfigyelték, hogy pajzstetveket is fogyaszt. Fiókanevelés-kor rovarokkal is táplálkozik. Az etetőkön a napraforgó magot fogyasztja.

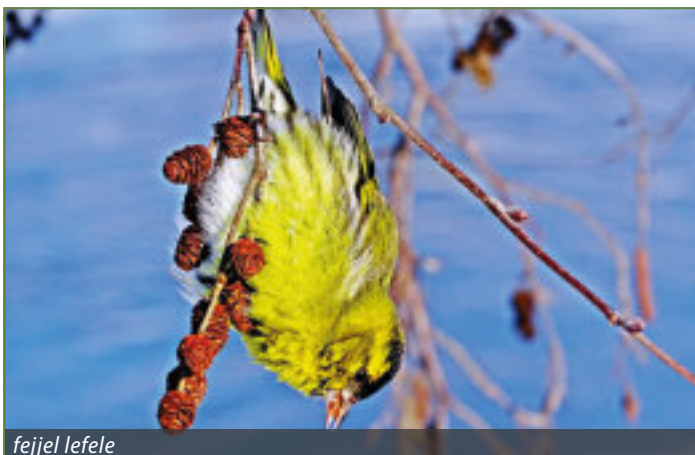
Egy évben kétszer költ, áprilisban és május végén-júniusban. Fészket nagyon magasan, lucfenyők oldalra nyúló ágán a tojó építi. Alapját fenyőgallyacskákból készíti, falába zuzmót, pókhálót, mohát

is sző a száraz növényi szálak közé, csészéjét finom hajszálgökökkel, némi szőrszállal, tollakkal béleli. A tojások halványkék alapon barnásan pettyezett. A 4-5 tojás után az utolsó lerakása után kezd kotlani a tojó, a hím közben eteti. A szűk két hét után kikelő fiókákat mindkét szülő még két hétig eteti, majd a kirepülés után is az első hetekben még táplálják a fiókákat.

A csíz fő vonulási ideje szeptember-október. A tavaszi vonulás március-áprilisra esik. A nálunk meggyűrűzött példányokat főleg Olaszországból jelzik vissza. Hozzánk főleg Oroszországból, Ukrajnából, a balti és skandináv országokból érkeznek csapatai. Nálunk vannak áttelelő csapatok. Nekem októbertől márciusig minden hónapban vannak fotóim, melyeket az etetőkön készítettem.

Világállománya nagy, csak Európában 10-18 millió párra becsülik állományát. A legidősebb ismert korú európai csíz 13 éves és 6 hónapos volt. Védett madár, eszmei értéke 25 ezer forint.

MOLNÁR LÍDIA



fejével lefele



hím csíz égermagot szedeget

Egészségnap Pócsmegyeren

**2021. október 30-án szombaton,
egészségnap rendezvényeinkre várjuk szeretettel az érdeklődőket!**

A már megszokott rendezések mellett idén csatlakozik a rendezvényhez Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 2010-2020-2030 (MÁESZ), mely hazánk legnagyobb humanitárius formában működő egészségvédelmi programja.

A MÁESZ a lakosság számára ingyenesen biztosítja a szűrővizsgálatokat, szem előtt tartva a megelőzés fontosságát. **A Program minden magyar állampolgár részére ingyenes!**

- Magyarország legnagyobb mobil diagnosztikai központja, 40 féle átfogó vizsgálat
- Új, korszerű vizsgálati eszközök, azonnali kiértékelés
- Látványos anatómiai bemutató, dietetikai tanácsadás, elsősegélynyújtási ismeretek
- Virtuális technológia – Ismerd meg az emberi testet- Anatómiai Mozi Sátor
- Fókuszban a megelőzés: információk, bemutatók, életmód tanácsadás
- Rendőrségi bemutatók: közlekedés biztonság, baleset megelőzés

A rendezvényre regisztrálni a prk@pocsmegyery.hu címen, vagy a +26 200-013 telefonszámon lehet.

Helyszínek: Pócsmegyery Rendezvényközpont, Egészségház.

	ROZSOLY HEVÉZET MŰVÉSZETEK 2	GYMNASZIUSOK	ENERGIA	LAGYTO BÉREN DEZSÉZ	HEVÉZET	MINŐSÉGI TEXTIL KÁLUM VEGYJELE	SARON- NOVEMBER	VÁLL- KENDŐ ÉC	MULTIDŐ JEL	VILÁMNEK LEJÁRÁS	CIPEL	CIBAKO NÉLÜL REZSÉZ	KÖZEPKORI
M													K
EDVITIZÉZ JUTR			ANILY NEMÉLY RUTVA ÁDÓ VÁR			ÁRÁZSOK ELŐ POLYDOKAL REZSÉZ			MALYER- SÉN ZKUPET KÁRPIT				HÉTKÖZEI PIL- ANGOLUL
KOMPAZI MAGYKA MAGYKASZAGI SAGDOLÓ	ROZSOLY A TISZAS TIZNAI EKGALOM			GEOMETRI- AI ALKALAT NŐLÉV				COLOPOT ALUT VELENGE NÁJÁRÁS				FÉRFYNYI PÖRGE VÉREI	
			ESZ AMPER				NÓTA ÉTELT ADAGOLÓ			NÉMAZAI RÖVID MAGYKAI			OKI (EUVÁ) EPISTEM VIRTO
IGAR SZOLEI	DEL-NOVA NCP HAGYAN JUTVA					ELNŐZ HANGZÓZ NOLÁRÁ- SOK HANG		KERESZTÜL M			EZ PARÁRKA KÉZMET KÉZMET		OKI (EUVÁ) EPISTEM VIRTO
FENYKAG FAROS			MŰ- REZSÉZ 3 SOKSÉN VEGYJELE		TERMÉNY- ADÓ TABLETTA							SZARVOK AUTOJEL AZTRA HEVÉN	SUGAR JOLE RELEFOO
										FUSZKAI AFRÓ VIRÁG MŰVÉZ			
NEMÉTI			MŰ- TORNELI SOKSÉN VEGYJELE			MAGDÓ PARATLAN JÉNI		VÁRZON REZSÉZ AL- JÉNI LÉLET					
BEVÖRÖS TOLÁR- MŰVÉZ				ÉDŐ AMPER				MAGYKAI MAGYKASZAGI MAGYKASZAGI MAGYKASZAGI			TARTÓ LÉCHNER OOSN		ERDEM- TENO
OKI MŰVÉZ	KOZMETIKA ALP- MŰVÉZ KART OKUL							SOKSÉN REZSÉZ TERMEK				DE- JÁRÁS MILYEN SÁRNYAL?	
TEVREZ		ELLEN- ÁLLÁS EVSZ KÉZMET		UNITED MAGYKAI MŰVÉZ		HEVÉZET SOKSÉN SÁRNYAL?			ALÉNŐS REZSÉZ REZSÉZ				PARATLAN LÉV E-NAPON
HAGYAN MŰVÉZ		TELEN SÁRNYAL CIBAKO AUTOJELE				LEJÖZ- ZETT KÁLUM VEGYJELE						SAJÁRÓK SOKSÉN FOSZKOR VEGYJELE	
J								EMLEKZŐ					

Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja
2010 – 2020 – 2030

www.egeszsegprogram.eu

INGYENES PROGRAM!

LAKOSSÁGI MEGHÍVÓ

**TELJES TESTANALÍZIS | LABORVIZSGÁLATOK | TÜDŐGYÓGYÁSZAT
BŐRGYÓGYÁSZAT | FOGÁSZAT | SZEMÉSZET | KARDIOLÓGIA**

ÉLETMÓD TANÁCSADÁS - 30 ÉLETMÓD PONT
LÁTVÁNYOS ANATÓMIAI BEMUTATÓ
RENDŐRSÉGI BEMUTATÓ

40 féle átfogó vizsgálat!
EGY HELYEN, EGY IDŐBEN

Időpont: 2021. október 30.

Rendezvény:

Pócsmegyeri Családi Életmód Nap 2021

Helyszín:

Pócsmegyeri Rendezvényközpont, Kossuth Lajos u 27.

Nyitva tartás: 9.00-16.00

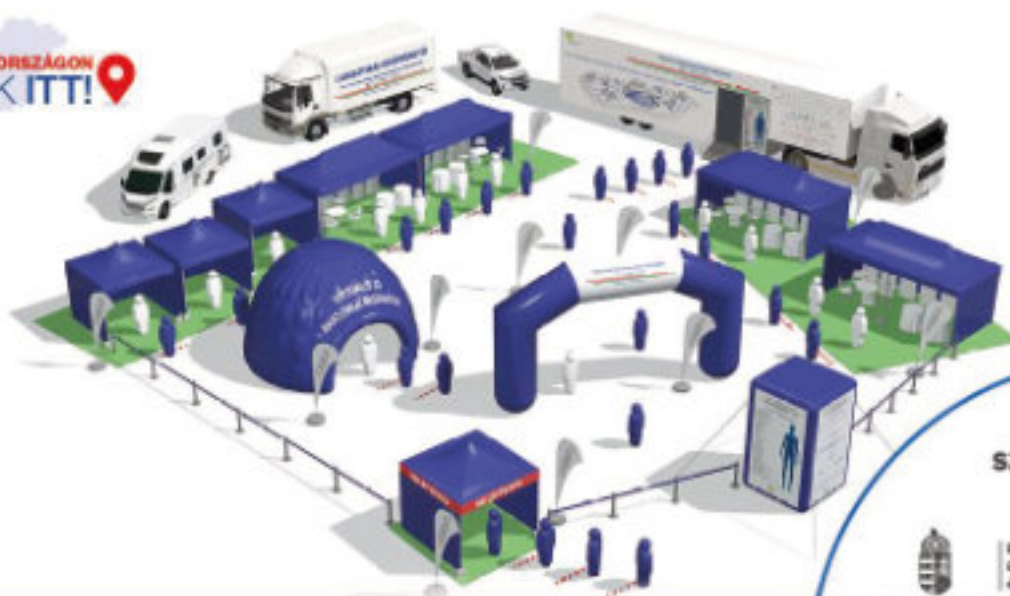
Időpontfoglalás:

Személyesen a helyszínen vagy online
a www.benu.hu/szuroprogram online weboldalán.

Mindenkit szeretettel várunk!



MÁGYARORSZÁGON
CSAK ITT!



SZÉCHENYI 2020



Európai Unió
Európai Strukturális
és Beruhozási Alapok



MAGYARORSZÁGI
KORMÁNYZAT

BEFEKTETÉS A JÖVŐRE

OKTÓBER

30

EGÉSZSÉGNAP PÓCSMEGYER

Szűrések

**MEMÓRIA ÉS
STRESSZ**

BÖRGYÓGYÁSZATI

SZEMÉSZETI

ORTOPÉDIAI

FOGÁSZATI



Mérések

**VÉRNYOMÁS, VÉRCUKOR
KOLESZTERIN**

ALLERGIA

CSONTRITKULÁS

TÜDŐGYÓGYÁSZAT, COPD

NYAKI ULTRAHANG

Bemutatók

DOHÁNYZÁS LESZOKTATÁS

FÓNIXWEB REGISZTRÁCIÓ

EESZT MOBIL ALKALMAZÁS
(SZÜKSÉGES: ÜGYFÉLKAPU, ANDROID 6.0 VAGY IOS 12 VAGY ÚJABB SZOFTVERŰ OKOSTELEFON)

ÚJRAÉLESZTÉS

INBODY

A vizsgálatok regisztrációhoz kötöttek: +36 26 200 013, prk@pocsmegyer.hu

A rendezvényen az aktuális járványügyi szabályok betartása kötelező!

A változtatás jogát fenntartjuk!

2021.10.30 SZOMBAT, 9 ÓRÁTÓL
RENDEZVÉNYKÖZPONT ÉS EGÉSZSÉGHÁZ

Támogatóink:

Pócsmegyer Község Önkormányzata, Szentendre Város Egészségügyi Intézményei, Szentendrei Egészségfejlesztési Iroda, Richter Gedeon