



Sukorói Hírforrás



Köszöntöm a Kedves Olvasóinkat!

Ahogy véget ér a bőjti időszak, úgy ér véget a tél is.

Tavasszal újra éled a természet, a tél hosszú sötéttségében telő napjait felváltja a fény. Elkezdődik a kerti munkák időszaka, szívesen sétálunk kint a szabadban, örömmel állunk meg egymással beszélgetni az első reményt hozó tavaszi napsütésben. Minden találkozásban megtapasztaljuk a derűt, a lendületet a megújuló erőt.

Mindannyian ösztönösen tudjuk, hogy a tavasz az ember életében akár csak a természetben a megújulás, egyben vágyai megvalósításának időszaka is.

1848 tavasza is reménnyel köszöntött azokra, akik hittek és reméltek abban, hogy a hosszú elnyomás időszaka után jöhet, és jönnie kell egy igazabb és szabadabb világnak.

Több, mint másfél évszázad választ el bennünket 1848 hőseitől, de a szabadságvágy melletti határozott kiállásunk semmit sem változott. Figyeljük meg, hogy különösen akkor ragaszkodunk a szabadságunkhoz, ha nagy a baj, ha látjuk azt szétfoszlani.

Nehéz időben eljön az a pillanat, amikor az emberek megértik: az ország ügye a saját ügyük is. Eljön a pillanat, amikor mi is megértjük, a politikában nem a pártok érdeke, hanem a mi személyes jövőnk forog kockán: az egészség, a tisztaság idősora és a gyermekink jövője.

Nekünk itt Sukorón kell megtennünk mindent, egymásért, településünk fejlődéséért. Szorgalmunkkal, egyéni társadalmi szerepvállalásunkkal méltókká válhatunk nemzeti hőseink emlékéhez. Legyünk büszkék Magyarországra, a nemzeti – helyi összefogás és a tiszta tartalmú, igaz beszéd teremtő erejére. Néha tegyük fel magunknak a kérdést, hogy vajon mit tettünk eddig a helyért

ahol élünk? Részt vállaltunk-e településünk fejlődésében? Segítettünk-e a környezetünkben élőkön?

A szabadság, amiért hőseink a vérüket adták nem csak jogokkal ruház fel minket, hanem komoly felelősséggel. Felelősséggel családunk, embertársaink, hazánk iránt.

Szentül hiszem és vallom, hogy ez 1848 Márciusi Ifjainak legfontosabb üzenete Petőfi Sándor szónoklatában akkor és ott elhangzott:

*A magyar név megint szép lesz,
Mélto régi nagy híréhez;
Mit rákentek a századok,
Lemossuk a gyalázatot!
A magyarok istenére
Esküszünk,
Esküszünk, hogy rabok tovább
Nem leszünk!*

Kérjük a Jó Istent, hogy segítő erejével mutassa meg nekünk céljaink eléréséhez vezető helyes utat.

Alapvető kötelességemnek tartom Sukoró fejlesztését ugyanúgy, mint eddig.

2016. évre a Képviselő-testülettel az alábbi fejlesztéseket hagytuk jóvá:

A közel jövőbeni programunk egyik eleme, hogy a busszal közlekedők számára a kényelmes és biztonságos közlekedés feltételeit javítsuk. Szükségessé vált a Zólyomi ABC melletti busz öböl felújítása, és a Pákozdi felőli első sukorói buszmegállókban – Kőbánya út /Gádé/ mindkét oldalon a buszvárók megépítése. A szükséges tervezési és előkészítési munkák már folyamatban vannak.

A tavaly év végén elnyert Vis Maior pályázat keretében kapott támogatásból felújítjuk, illetve szilárd útburkolattal látjuk el a Gyümölcs utcát és a Vadvirág utcát. A pályázat lehetőséget biztosít a Kulacs utcában szükségessé vált vízelvezetés megoldására is.

Célunk, hogy az idei évben is folytassuk az utak felújítását, kátyúzását. További fejlesztésekre pályázatok elnyerésének függvényében kerülhet sor.

Önkormányzatunk kiemelt figyelmet szentel intézményeink, így az óvodánk és az iskolánk működtetésére, magas szintű felszereltségére. Ennek érdekében a Képviselő-testületünk megsza-

vazta az új iskola-óvoda udvar további játékelemekkel történő fejlesztését.

Az idei évben kicsit korábban, március végén köszönt ránk a Húsvét, ami a keresztény egyházakban Krisztus feltámadásának ünnepe, egyben a tavaszvárás, a tavasz eljövetelének, az újja születő természetnek is az ünnepe. A Húsvét egybeesik a tavaszi napéjegyenlőség idején tartott termékenységi ünnepekkel, melynek elemei a feltámadás, az újjászületés. A Húsvét egyházi és családi ünnep, amelyhez világszerte számos népszokás és hagyomány fűződik. A Virágvasárnaphoz kötődő kiszehajtás /óvodánkban a kiszé-báb égetés/ és a húsvéti locsolkodás Sukorón is a kedvelt népi hagyományok közé tartoznak.

Kedves Sukoróiak!

Önkormányzatunk Képviselő-testülete nevében, a Március 15-ei ünnepségünkre szeretettel várom Sukoró lakosságát, amelyet március 15-én /kedden/ 10 órai kezdettel tartunk településünk Kultúrházában. Ünnepi műsorunk az idei évben egy színházi előadás keretében történő megemlékezés lesz. Az előadásról és a koszorúzásról az ünnepi meghívóból tájékozódhat.

Minden kedves sukoróinak, nyaraló-és telektulajdonosnak jó egészséget kívánok a tavaszi munkákhoz és kellemes időtöltést településünk programjaihoz!

Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva
polgármester



MEGHÍVÓ

SUKORÓ KÖZSÉG ÖNKORMÁNYZATÁNAK
Képviselő-testülete szeretettel meghívja és várja Sukoró lakosságát az

1848. MÁRCIUS 15-e emlékére tartandó ünnepségre

2016. március 15-én 10:00 órától a Sukorói Kultúrházban

Köszöntőt mond:
Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva polgármester

Ágyú szóval hirdetik – Esztrád Színház
VERSSZÍNHÁZI ELŐADÁS

Az emléktábla és a kopjafa koszorúzására az
Önkormányzatunk Képviselő-testületével,
Civil szervezetek és az Egyházak képviselőinek részvételével kerül sor.

Mindenkit szeretettel várunk!

Önkormányzati hírek

A KÉPVISELŐ - TESTÜLET HÍREI

Sukoró Község Önkormányzatának Képviselő-testülete 2015. november 17-én tartott testületi ülésein az alábbi ügyeket tárgyalta: Az élelmiszerláncról és hatósági felügyeletéről szóló 2008. évi XLVI. törvény 19 § (1-2) bekezdéseiben rögzített állati eredetű melléktermék elszállítására és ártalmatlanítására vonatkozó feladatellátási kötelezettségének az ATEV Fehérjefeldolgozó Zrt-vel (6320 Solt, Pólyafoki zsilip, Pf 12.) létrehozandó feladatellátási szerződés útján kíván eleget tenni.

A gyepmesteri, állatmentési tevékenység ellátására vonatkozó Megbízási Szerződést a Bioslogos Kft-vel (székhely: 2464 Gyúró Hrsz 044/2) köti meg. A Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjpályázat keretén belül a 2015/2016. tanév II. félévre és 2016/2017. tanév I. félévre 10 hónapos időtartamra „A” típusú pályázat keretében 4.000,- Ft. támogatásban részesít havonta 3 fő sukorói hallgatót. Megismerte a Sukorói Óvoda Szervezeti és Működési Szabályzatát és az abban foglaltakkal egyetértett.

Megismerte a Velence Korzón üzemelő műjégpálya kedvezményes bérlet vásárlásra vonatkozó ajánlatot és 10 db bérletet vásárolt 70.000,- Ft. értékben.

Felhívta a polgármestert, hogy a bérlet-vásárlásról és a kiosztásról gondoskodjon: Óvodások, iskolások (akik a helyi intézményekbe járnak) jegyet kaptak a Mikulás csomagban, a maradék jegyekre a könyvtárban lehetett jelentkezni a készlet erejéig.

Felhatalmazta Mészáros Csaba László képviselőt és Gugi Krisztián Atila képviselőt arra, hogy Sukoró Község Önkormányzatát Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva polgármester helyett képviseljék a Sukoró Invest Kft-ben, valamint felhatalmazza őket iratbetekintésre, „teljeskörű belső ellenőrzésre”. Ez a döntés később a december 1-i ülésen hatályon kívül helyzésre került, mivel nem felelt meg a vonatkozó jogszabályi rendelkezéseknek.

A nyílt ülést követően a Képviselő-testület zárt ülést rendelt el. Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva polgármestert személyes érintettség miatt kizárta a Sukoró Inves Kft-vel kapcsolatos szavazásokból. Határozat született arról, hogy a képviselőknek előre megküldött a Sukoró Inves Kft-vel kapcsolatos 4 határozati javaslat eldöntésében név szerinti szavazással dönt, de végül nem született döntés, annak ellenére sem, hogy szakértők (ügyvéd, könyvvizsgáló, könyvelő) is részt vettek az ülésen.

Sukoró Község Önkormányzatának Képviselő-testülete 2015. december

1-én tartott testületi ülésén az alábbi ügyeket tárgyalta:

A Képviselő-testület a Fejér Megyei Kormányhivatal FEB/02/1457-1/2015. számú törvényességi felhívásban foglaltakkal egyetértett, azt elfogadta. A törvényességi felhívásban foglaltak figyelembe vételével a helyi adóról szóló önkormányzati rendeletet és a talajterhelési díjról szóló önkormányzati rendeletet 2015. december 1-ig megalkotta: Sukoró Község Képviselő-testületének 18/2015. (XII. 01.) önkormányzati rendelete a helyi adókról Sukoró Község Képviselő-testületének 19/2015. (XII. 01.) önkormányzati rendelete a talajterhelési díjról Megalkottásra került a Sukoró Község Képviselő-testületének 20/2015. (XII. 01.) önkormányzati rendelete a hulladékgazdálkodási közszolgáltatásról. A 2016. év belső ellenőrzés tervet az alábbiakban hagyta jóvá: Vagyon nyilvántartási rendszer megfele-lőségének ellenőrzése

Az ellenőrzés célja: annak megállapítása, hogy a vizsgálat tárgyával kapcsolatos helyi szabályozás kialakításra került-e, megfelel-e a jogszabályi előírásoknak, a vagyon-nyilvántartási rendszert megfelelően alakították-e ki, a nyilvántartás biztosítja-e a tulajdon védelmét. Megalkotta a Képviselő-testület 2016. évi munkatervét. Elfogadta a „HUMÁN” Családsegítő és Gyermekjóléti Szolgálat Intézményi Társulás Társulási Megállapodásának III. számú módosítására vonatkozó javaslatot.

A Sukoró Sportbarátok Közhasznú Sport Egyesület számára 300.000,- Ft kölcsönt biztosított a jegyzőkönyvhöz csatolt kölcsönszerződésben foglalt feltételekkel.

A Képviselő-testület 2015. december 9-én tartotta a következő ülést, melyen az alábbiakról döntött: Nem rendelt el zárt ülést, majd Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva polgármestert személyes érintettség miatt kizárta a Sukoró Inves Kft-vel kapcsolatos szavazásokból.

Név szerinti szavazással döntött arról, hogy a Sukoró Invest Kft. negatív saját tőkéjének rendezésére a Sukoró Invest Kft. bankszámlájára történő utalással rendelkezésre bocsátott 20.624.140,- Ft-ot. Sukoró Község Önkormányzatának Képviselő-testülete megbízta Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva polgármestert (aki Sukoró Község Önkormányzatát képviseli a Sukoró Invest Kft-ben) azzal, hogy a Sukoró Invest Kft. taggyűlésén az alábbi Képviselő-testületi döntést képviselje: Kertész Péter Béla hitelező csökkentett összegű követelését 15.987.876,- Ft-ot az Invest Kft. számlájáról utaljon át az ügyvezető 2016.

január 1. és január 10. között Kertész Péter Béla hitelezőnek, amennyiben minden egyéb követeléséről lemond Kertész Péter Béla hitelező. Sukoró Község Önkormányzatának Képviselő-testülete felhatalmazta és felkérte a polgármestert arra, hogy a 20.624.140,- Ft.- átutalásáról gondoskodjon a Sukoró Invest Kft. számlájára, az Önkormányzat költségvetésének tartalék előirányzat kerete terhére 2015. december 31-ig.

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testülete a 21/2015. (XII. 10.) önkormányzati rendeletével a helyi iparüzési adóról szóló 4/2011. (IV. 12.) önkormányzati rendeletet hatályon kívül helyezte.

A Képviselő-testület Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva polgármestert megillető cafeteria-juttatás 2015. évi keretösszegét bruttó 200.000,- Ft-ban állapította meg és a cafeteria-juttatásról szóló szabályzatot, a határozat 1. melléklete szerinti tartalommal elfogadta. A polgármester jutalmazásának ügyében a polgármestert kizárta a szavazásból, név szerinti szavazással döntött arról, hogy a polgármester részére nem állapít meg jutalmat.

Az Országos Mentőszolgálati Alapítvány részére a Velence-i Mentőállomás mentőautóinak felszereltségének javítása és korszerűbb mentéstechnikai eszközök beszerzése céljából 50.000,- Ft. támogatást biztosított.

A Képviselő-testület 2016-ban az első ülést február 11-én tartotta, melyen a következő döntéseket hozta:

Elfogadta a Sukoró Község Önkormányzat Vagyonnyilatkozat Kezelő Bizottságának a beszámolóját, amely szerint Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testületének tagjai 2016. január 31-ig benyújtották a saját és a hozzátartozóik vagyonnyilatkozatát. A KOMA adatbázisban a Képviselő-tagok mindegyike szerepel.

A Sukoró Invest Kft. taggyűlése részére ügyvezetőjévé Kiss Gábor 8096 Sukoró, Fő utca 25. szám alatti lakos határozott 2020. május 31. napjáig megbízási jogviszonyban történő megválasztását javasolta. A Felügyelő Bizottság elnökévé Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva polgármestert határozott, 2020. május 31. napjáig történő megválasztását javasolta. A Felügyelő Bizottság tagjává Deák Hajnalkát és Tuba-Kovács István képviselőket 2020. május 31. napjáig történő megválasztását javasolta. Sukoró Község Önkormányzata tag képviseletét a Sukoró Invest Kft. soron következő taggyűlése időpontjától kez-

dődően Nagy Roland alpolgármester látja el. A Képviselő-testület felkérte Sukoró Község Önkormányzata tagi képviselőjét, hogy a taggyűlésen Sukoró Község Önkormányzata tag képviseletét a fenti határozatokban foglaltak szerint lás- sa el, egyben felhatalmazta a társasági szerződés módosítás aláírására. A képviselő-testület a kiküldött és a jegyzőkönyvhöz csatolt költségvetési előterjesztések alapján felkérte a jegyzőt, hogy a 2016. évi terv- és költségvetési rendeletet készítse elő.

Megtárgyalta Velencei Központi Orvosi Ügyeleti Társulás, valamint a HUMÁN Család- és Gyermekjóléti Szolgálati Társulás tagi hozzájárulásainak vállalására vonatkozó előterjesztést, melynek alapján az alábbi döntést hozta: Sukoró Község Önkormányzata Képviselő-testülete a 2016. évi költségvetésében vállalja az alábbi működési hozzájárulások (tagdíjak) és intézményi működési hozzájárulás biztosítását:

- HUMÁN Család- és Gyermekjóléti Szolgálat Intézményi Társulás működési hozzájárulásának mértéke 2015. január 1-jei állapot szerint állandó lakosságszám alapján 9,-Ft/ fő/hó, azaz 150.000,-Ft.
- A Képviselő-testület a Társulás keretében fenntartott HUMÁN Család-és Gyermekjóléti Szolgálat 2015. évi működési költség hozzájárulása: 2.566.000,-Ft.
- A Velencei Központi Orvosi Ügyeleti Társulás működési hozzájárulásának mértéke 2015. január 1-jei állapot szerint állandó lakosságszám alapján 4,-Ft/fő/hó, azaz 66.144,-Ft.

Megtárgyalta a Velencei Központi Orvosi Ügyelet ellátására vonatkozó ellátási szerződés módosítására a vonatkozó előterjesztést.

Elutasította a kötelező betelepítési kvótát.

Az Önkormányzat törzskönyvi nyilvántartásába az alábbi kormányzati funkciókat veszi fel: kerékpárutak üzemeltése, fenntartása (045161); intézményen kívüli gyermekétkeztetés (104037); köztemető-fenntartás és -működtetés (013320)

Sukoró Község Önkormányzatának Képviselő-testülete az Iskolában a helyiségbérleti szerződések aláírására felhatalmazta a polgármestert.

Együttműködési megállapodást kötött az ALBENSIS Fejér Megyei Területfejlesztési Nonprofit Korlátolt Felelősségű Társasággal, az alábbi tevékenységek

Önkormányzati hírek

megvalósítására: a 272/2014. (XI. 5.) Korm. rendelet hatálya alá tartozó támogatásból megvalósuló közfeladat fejlesztési projektjei projektmenedzsment tevékenységének ellátása; pályázati dokumentáció összeállítás, projekt-előkészítése, tervezés (jogszabályban, illetve felhívásban megkövetelt környezeti, fenntarthatósági hatástanulmányok, megvalósíthatósági tanulmányok elkészítése, beruházást tartalmazó projektek-nél műszaki, kivitelezési tervek elkészítése; közbeszerzési eljárások bonyolítása.

Felkérte a jegyzőt hogy az alábbiakban megfogalmazottakat figyelembe véve a következő testületi ülésre készítse elő a jelenleg hatályos képviselő-testület és szervei Szervezeti és Működési Szabályzatának módosítását: 1. Polgármester általi forrásfelhasználás mértéke 3 millió forint.; 2. Jegyzőkönyv hitelesítő intézményének bevezetése.; 3.A jegyzőkönyv elkészítésének határideje 13 nap.; 4. A tagi képviselő a taggyűlésen történtekről írásban beszámol a Képviselő-testület-nek a taggyűlést követő 15 napon belül.

Döntött a buszmegállók -Kőbányai útnál kialakításáról, a Kiserdőnél a környék rendbe tételéről- és az iskolaudvaron új játszóudvari elemek (3 db.) elhelyezéséről.

Tájékoztatom a kedves olvasókat, hogy a rendeletek a www.sukoro.hu honlapon megtalálhatóak.

	Sukoró, 2016. február 29.
	dr. Berzsenyi Orsolya
	jegyző

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testületének 18/2015 (XII.01.) önkormányzati rendelete a helyi adókról

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testületének 18/2015. (XII.01.) önkormányzati rendelete a helyi adókról

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testülete a helyi adókról szóló 1990. évi C. törvény 1. § (1) bekezdésében kapott felhatalmazás alapján, Magyarorszá- g Alaptörvényének 32. cikk (1) bekezdés h) pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a következőket rendeli el:

1. Általános rendelkezések, fogalom-meghatározások

- § Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testülete Sukoró község kö- zigazgatási területén a helyi adókról szóló 1990. évi C. törvényben (a továbbiak- ban: Htv.) felsorolt helyi adók közül határozatlan időre
a) vagyoni típusú adók közül,
aa) az építményadót
ab) a telekadót
b) kommunális jellegű adók közül,
ba) az idegenforgalmi adót
bb) a helyi iparüzési adót
vezeti be.

- § E rendelet alkalmazásában:
a) Élvertelszerű tartózkodás: egy magánszemély akkor tartózkodik élvertelszerűen egy ingatlanban, ha az száma- ra ténylegesen – az év február 1. napja és november 30. napja között – élvertel- szerű lakóhelyétül szolgál, onnan szervezi életét, például rendszeresen innen indul munkába vagy oktatási intézménybe, és ide tér haza, ott folytatja az életviteléhez szükséges tevékenységeket, mint pél- dául az étkezés, főzés, mosás, közüzemi szolgáltatásokat vesz igénybe annak kapcsán, illetve amely elsődleges elér- hetőségi címként, levelezési címként jelenik meg a hatóságoknál, közmüszol- gáltatóknál.
b) Beépítésre nem alkalmas telek: Gárdonyi Város Polgármesteri Hivatal Építésiügyi és Műszaki Irodájának, mint Sukoró község közigazgatási területén illetékességgel és hatáskörrel rendelkező I. fokú építési hatóságnak az igazolása alapján beépítésre nem alkalmas telek.

2. Az építményadó

- § (1) A Htv. 11. § (1) bekezdése alapján adóköteles az önkormányzat közigazgatási területén lévő építmények közül a lakás és a nem lakás céljára szol- gáló épület, épületrész (a továbbiakban együtt: építmény).

- (2) Az adókötelezettség az építmény valamennyi helyiségére kiterjed, annak rendeltetésétől, hasznosításától függet- lenül.

- § Az adó alapja az építmény m2-ben számított hasznos alapterülete.

- § Az adó évi mértéke
(1) Lakás és nem lakás célú épület esetén 300 Ft/m2.
(2) Az (1) bekezdésben foglalt adómér- tékek nem vonatkoznak a belterületi egyéb nem lakás céljára szolgáló épület- re, a külterületi nem lakás célú épületre, valamint a külterületi egyéb nem lakás céljára szolgáló épületre.

- a) a belterületi egyéb nem lakás céljára szolgáló épület esetén 100 Ft/m2
b) a külterületi nem lakás célú épület és a külterületi egyéb nem lakás céljára szolgáló épület esetén 200 Ft/m2

- § 250 Ft/m2/év építményadó ked- vezményben részesül az a magánszemély adóalany, aki 5. § (1) bekezdése szerinti építményben életvitelszerűen tartózko- dik, kivéve a vállalkozó (Htv. 52. § 26. pont) üzleti célt szolgáló épülete, épü- letrésze után.

3. A telekadó

- § Adóköteles az önkormányzat köz- igazgatási területén lévő telek.

- § Az adó alapja a telek m2-ben számí- tott területe.

- § Az adó évi mértéke
(1) belterületi beépített telek esetén 60 Ft/m2
(2) belterületi beépítetlen telek esetén 60 Ft/m2
(3) beépítésre nem alkalmas belterületi telek esetén 20 Ft/m2
(4) külterületi telek esetén 30 Ft/m2

- § 40 Ft/m2/év telekadó kedvez- ményben részesül az a magánszemély adóalany, aki a 9. § (1) bekezdése sze- rintí beépített telkén lévő épületben életvitelszerűen tartózkodik, kivéve a vállalkozó (Htv. 52. § 26. pont) üzleti célt szolgáló telek része után.

- § Mentes a telekadó alól – kivéve a vállalkozó (Htv. 52. § 26. pont) üzleti célt szolgáló telke utáni telekadó –

- (1) a Htv. 19. § a) pontjában meghatá- rozott telekrészen felül további 1100 m2
(2) a Htv. 19. § a) pontjában megha- tározott telekrészen felül az egy építési telken épített iker épület esetében épü- letenként további 550 m2

4. Idegenforgalmi adó

- § Adókötelezettség terheli azt a magánszemélyt, aki nem állandó lakos- ként az önkormányzat közigazgatási területén legalább egy vendégéjszakát eltölt.

- § Az adó mértéke személyenként és vendégéjszakánként 300 Ft.

5. Helyi iparüzési adó

- § Adóköteles az önkormányzat közigazgatási területén állandó vagy ideiglenes jelleggel végzett vállalkozási tevékenység (a továbbiakban: iparüzési

tevékenység).

- § (1) Állandó jelleggel végzett ipa- rüzési tevékenység esetén az adó évi mértéke az adóalap 2 %-a.
(2) Ideiglenes jelleggel végzett iparüzési tevékenység esetén az adó mértéke nap- tári naponként 5.000 Ft.

6. Egyéb rendelkezések

- § (1)Az egyes adónemek bevallásait „az önkormányzati adóhatóságok által rendszeresíthető bevallási, bejelentési nyomtatványok tartalmáról” szóló 35/2008. (XII.31.) PM rendelet hatá- rozza meg.

- § Az adóhatóság a életvitelszerű tartózkodásra tett nyilatkozat valóság- tartalmát megvizsgálja, szükség esetén bizonyítási eljárást folytat le. Megvizs- gálja a közüzemi számlákon szereplő fogyasztás, és az életvitelszerűség ará- nyosságát. Összeveti, hogy
a) a dokumentumok, közmüszolgáltatói igazolások, számlák miként tartalmaz- zák az igénybevevő nevét, lakóhelyét, a fogyasztási, számlázási, levelezési címet
b) a számlázási, levelezési cím mely idő- ponttól érvényes a kérelem benyújtását megelőző egy évről szóló számlákon (részszámla, elszámoló számla)

- § E rendeletben nem szabályozott kérdésekben a Htv. és „az adózás rend- jéről” szóló 2003. évi XCII. törvény szabályait kell alkalmazni.

7. Záró rendelkezések

- § (1) Ez a rendelet 2016. január 1-én lép hatályba.
(2) Hatályát veszti a 9/2010. (XII. 15.) önkormányzati rendelet a helyi adókról
(3) Hatályát veszti a 10/2010. (XII. 15.) önkormányzati rendelet a helyi iparüzési adóról.
(4) Hatályát veszti a 14/2012. (XII. 15.) önkormányzati rendelet a helyi adókról szóló 9/2010. (XII. 15.) önkormányzati rendelet módosításáról.

	Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva polgármester
	dr. Berzsenyi Orsolya jegyző

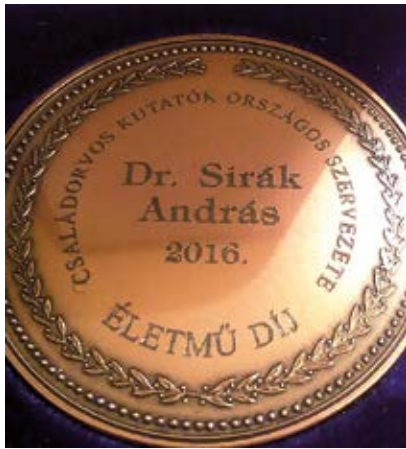
A rendeletet a mai napon kihirdtettem: Sukoró, 2015. december 1.

	dr. Berzsenyi Orsolya jegyző
--	------------------------------

Sukoró

Dr. Sirák András a Családorvos Kutatók Országos Szervezete XV. Kongresszusán 2016. február 25-én Életmű díjat kapott.

Dr. Sirák András sukorói és velencei családorvos, mentőorvos, egyetemi oktató és Velence alpolgármestereként is tevékenykedik.



Családorvos Kutatók Országos Szervezete 2003 óta évente egy családorvosnak ítéli oda az Életmű díjat, melyet az idei évben Dr. Sirák András vehetett át, melyet a családorvoslás kialakítása és fejlesztése érdekében kifejtett kiemelkedő, több évtizedes munkájáért érdemelt ki.

A Doktor Úr elmondása szerint fontosnak tartja, hogy a háziorvosi munkát megbecsülje a társadalom egésze, hiszen, mint mondja, több ezer háziorvos dolgozik névtelenül, szorgalmasan, kevés erkölcsi elismeréssel. „Már az egyetemi évek vége felé elég világosan éreztem, hogy háziorvos akarok lenni. Nagyon tetszett, hogy itt soha nem egy, a környezetéből kiemelt emberrel kell foglalkozni, hanem – mint a neve is mondja – egy családdal. Ha ott vagy



egy praxisban 3-4 évig és rendszeren dolgozol, az ott élő betegek számára családtaggá fogsz válni. Azt hiszem, ez a háziorvosi munka mély lényege.” Több átdolgozott kiadásban jelent meg Sürgősségi betegellátás című könyve családorvosok, rezidensek és asszisztensek számára. 2008-ban elnyerte „Az év orvosa” címet, miután Székesfehérváron a Sóstói Stadionban egy rögtönzött mentős csapattal megmentette egy férfi életét. Sukoró Község Önkormányzata, Sukorói Közös Önkormányzati Hivatal dolgozói és sukorói lakossága nevében szívből gratulálunk, hogy a díj méltó kezekbe került. További sikereket, hosszú boldog életet és jó egészséget kívánunk és még hosszú ideig számíthatunk szaktudására és szívből jövő háziorvosi munkájára!

Tisztelt Sukorói Ebtulajdonosok!

Tájékoztatom Önöket, hogy a kutyákat Sukoró település közterületein kizárólag pórázon lehet sétáltatni.

A kedvtelésből tartott állatok tartásáról és fogalmazásáról szóló 41/2010. (II. 26.) számú kormányrendelet (továbbiakban: Kr.) 14. § (2) bekezdés értelmében a kedvtelésből tartott állatot úgy kell tartani, hogy az állat tartása lehetővé tegye annak természetes viselkedését, ugyanakkor a környező lakóközösség kialakult élet- és szokásrendjét tartósan és szükségtelenül ne zavarja.

A Kr. 17. § (1) bekezdés szerint belterület közterületén – kivéve az ebek futtatására kijelölt területet – ebet csak pórázon lehet vezetni. Közterületen ebet csak olyan személy vezethet, aki az eb irányítására, kezelésére és féken tartására képes.

A Kr. 17. § (2) bekezdés szerint közterületen az eb tulajdonosának biztosítania kell, hogy az eb sem más állatot, sem embert harapásával ne veszélyeztethessen.

A Kr. 17. § (3) bekezdés szerint szájkosarat használni a (2) bekezdésben foglaltak végrehajtása érdekében – ha törvény, kormányrendelet vagy miniszteri rendelet a szájkosár használatát nem írja elő – kizárólag az egyed jellemzően agresszív magatartásának ismerete esetén kell.

Az állatok védelméről szóló 1998. évi XXVIII. törvény 5. § (6) bekezdés értelmében kedvtelésből tartott állat

Irodalmi túrák – három emlékház

A Velencei tó és környék nagy ihletője íróknak, költőknek. Mai irodalmi sétánkon meglátogatjuk vidékünk három legnagyobb tollforgatójának egykori lakóhelyét. Az utazás megszervezése nem okoz különösebb gondot, hiszen a legtávolabbi emlékház is csak fél órára van Sukorótól - egy délután alatt kényelmesen bejárhatjuk irodalmi túránkat. Amennyiben kerékpárral tesszük meg az utat, úgy testedzésnek is kiváló lesz szellemi programunk! A legszebb persze lovas szánon lenne utunk, de hol van az a hó!

Mindössze 22 perc kényelmes autózás után érünk Ziegler Géza szülőházához, amelyet az író születésének 150. évfordulójára kívül-belül felújítottak. 22 Fejér megyei író és költő portréja került az épület külső falára, köztük választott hármasunk mellett Virág Benedek, Vas Gereben, Németh László, Kodolányi János és mások. A 2007-ben létrehozott új kiállítás tárlóiban az író naplója és műveinek legjobb kiadásai mellett néhány eredeti, személyes tárgya is megtekinthető. Az épületben egy korabeli eszközzel és bútorokkal berendezett konyhát is láthatnak az érdeklődők.

Ziegler Géza 1863-ban ebben a nádfelees cserépházban látta meg napvilágot. Alig kilenc hónapot élt csak itt, mivel apját, megalkuvásra képtelen, lázadó természetű ember lévén, munkaadói sehol nem tűrték meg hosszabb



űrülékét az állattartó a közterületről köteles eltávolítani.

Felhívom az ebtartók figyelmét, hogy a fenti rendelet szabályai szerint kötelesek tartani és sétáltatni a kutyájukat!

Sukoró, 2016. február 29.
Hadlaczki Lilla
igazgatási ügyintéző

ideig, így gyakran kényszerült új munkahelyre szegődni és lakóhelyet váltani. 1879-es haláláig az ország különböző pontjain, 16 különböző helységben dolgozott. De nem felejtette el soha szülőhelyét, hiszen írói, majd családi nevét, amelyre gyermekeit is keresztelte, innen választotta.

Gárdonyi a magyar irodalom titokzatos alakja. 1100 gépelt oldalnyi – ma már megfejtett - Tirkosnaplóját olvasgatva meggyőződhetünk az író szellemi sokoldalúságáról, gondolkodása modernségéről és eredetiségéről egyaránt. A hát tó felőli végén található Kligl Sándor szobra, amely az író jellegzetes Gárdonyi ülésben, pipával a szájában ábrázolja. A látogatók leülhetnek a nagy mesemondó mellé néhány perc emlékezés, vagy akár csak egy fotó erejéig. Az emlékház a téli szezonban (november 1. - március 31. között) csak pénteken és szombaton, egyébként hétfő kivételével minden nap 10 - 18 óra között van nyitva.

Két perc séta után visszafelé megállunk egy percre a 2013-ban felújított Szent Anna kápolnánál, amelyben keresztelték az író. Megcsodáljuk a névadóról készült festményt. Kifelé jövet már sötétedik – eszünkbe jut egy mondat a mestertől: „Napnyugta után minden nő érzi, hogy fölötte a hatalma a férfinak. Esti virág a nő, napnyugta után mutatkozik teljes pompájában, s holdvilágnál varázsában is.”

Ütközhöz követhető állomásunkig morfondírozhatunk azon, vajon járt-e Gárdonyi Vörösmarty szülőházában. Szeretnénk hinni, hogy igen. Az emlékházról 12 percre, Kápolnásnyéken található egy másik költő óriásunk, Vörösmarty Mihály emlékháza. Egy éves korában költöztek ide a vályogból épített szülőházból - ebben a gazdatiszti épületben töltötte gyermekkorát a költő. (Ez az épület sem eredeti már, hiszen az emlékmúzeum 1950-es meg-



Sukoró



nyitására részben átalakították.)

A kiállítás legszebb és leghatásosabb darabja a költő íróasztala, amelyen - a legenda szerint - a Szózatot is írta. További eredeti emlék a Vörösmarty család pecsenyéstálja, néhány könyv a családi könyvtárból, a fehér fajansz „Petőfi-kályha”, amely Petőfi és Jókai közös budapesti, Dohány utcai bérelt lakásában szolgált 1847-48-ban. Hasonlóképpen érdekes a mellette elhelyezett, kézzel festett varróasztalka, amelyről úgy tartják, hogy Vörösmarty felesége, Csajághy Laura ajándékozta Petőfi feleségének, Szendrey Júliának. Ne feledjük fejet hajtani a költő egyetlen fennmaradt fényképe előtt, amelyen lánya kézírásával ez olvasható:

„Apám ezen arczképét jónak találok”.

Vörösmarty 1953-ban újra Nyékre költözik családjával. Itt írja meg utolsó versét is a Vén cigányt. Betegsége rohamos rosszabbodása miatt viszik fel Pestre, ahol már csak két napot él. A Kerepesi temetőben nyugszik. A ház kertjében akár a kiállítás megtekintése előtt, akár utána, mindenképpen időzzünk néhány perccel, láto-gassuk meg Vigh Tamás Vörösmarty mellszobrát. Jobb idő esetén ülünk ki a padra és hallgassuk a madarak énekét, vagy olvassuk a mester verseit. Egy különösen illhet a hely szelleméhez, a „Fogytán van a napod” kezdetű, amelyet élete utolsó évében írt és amelynek már címet sem adott.

Az emlékkiállítás március 15. - november 30. között hétfő kivételével minden nap 10-18 óra között tart nyitva.

Harmadik állomásunk megtekintéséhez 18 perccel utazunk Vádra, majd onnan a váli erdőbe még 3 kilométert viszonylag lassabban megtehető erdei úton. Az erdő fenségessége bármely évszakban lenyűgöz.

Vajda 1827-ben Pesten született, de néhány napos volt csak, amikor apja uradalmi főrendész lévén a családdal Válba (akkor még Vaál) költözött. 1936-47 között a fehérvári ciszterekhez járt iskolába, ugyanabban a gimnáziumban tanult, ahol korábban Vörösmarty



Mihály. Vajda költészetében később rendszeresen visszatérő motívumként jelentkezett a váli erdőszlak, mint a gondtalan, boldog élet szimbóluma. A kiállításon nem nagyon találhatunk eredeti tárgyakat vagy motívumokat: másolatokon keresztül ismerhetjük meg a „Montblanc ember” életét és költészetét. Valódi gazdag élet volt: vándorszínész fél évig, gazdatiszti gyakorló Alcsúton, honvéd a szabadságharcban, közkatona Padovában, földbecslő Szegeden, irodista Bécsben, újságíró Pesten. Az erdő, a kis erdőszlak és persze fantáziánk azonban kárpótolhat bennünk az eredetiség hiányáért. A legjobb lenne, ha egy Vajda verseskötetet is vinnénk magunkkal, és ha kedvünk van olvashatunk egy két sort is: Odabenn a mély vadonban,/ A csalános iharosban,/ Félreeső völgy ölében,/ Sűrű árnyak enyhelyében...

Nyitva tartás: Keddtől szombatig 10-14-ig; más időpontban telefonos bejelentéssel. Mindhárom emlékhely esetében ajánljuk, hogy látogatásunk előtt telefonáljunk, hiszen bármi közbejöhet. Hazafelé tartva a érdeklődőbbek megállhatnak a váli temetőben, ahol tiszteletükre tehetik Vajda szüleinek sírjánál. A napot Vörösmarty velencei pincéjében lenne stílusos befejezni, ám sajnos a pince már régóta nem működik. Helyette így Sukorón a Boglya Csárdában ülünk le megpihenni és néhány pohár helyi borral újra és újra rájönni arra, hogy nagyjaink miért is szerették úgy a bort.

Felhasznált irodalom:

https://hu.wikipedia.org/wiki/Gárdonyi_É_géza
www.gardonyikultura.hu
https://hu.wikipedia.org/wiki/Vörösmarty_Mihály
<http://www.kapolnasnyek.hu/index.php/2013-02-12-22-04-32/muzeum>
[https://hu.wikipedia.org/wiki/Vajda_János_\(költő\)](https://hu.wikipedia.org/wiki/Vajda_János_(költő))

Dr. Vencel Sándor

Sukoró – Néprajzi Ház

Nyitva tartás:
március 15- október 31-ig
hétfő és kedd kivételével
naponta: 10-18 óráig

Belépő:
Teljes árú belépődíj: 700 Ft
Csoportos jegy (10 fő felett): 600 Ft/fő
Kedvezményes belépődíj (diák, nyugdíjas): 350 Ft

Régi zsellérházunk 1863-ban épült. A három osztású ház áll egy tiszta szobából, konyhából, lakószobából. Idős asszonyé volt, akitől még életében megvásárolta az épületet a Fejér Megyei Múzeumok Igazgatósága, és a néni, akit Frész Máriaának hívtak még tíz évig üzemeltette. A berendezési tárgyak java része a nénié volt, míg a bölcsőt, a szekrényt és jó néhány tárgyat a falubeliek ajándékozták a Múzeumnak.

A ház falai döngölt sárból vannak. A kemma és a tűzhely kézzel lett tapasztva. Sukorón jellemző volt az úgynevezett „csikós kemma”. A föld is tapasztott sárföld, vastag falak, kicsiny ablakok jellemzik a házat. Nyáron hűs volt, télen jól be lehetett fűteni. Az első szobában, a tiszta szobában látható a sarokpad az étkezőasztallal, faragott kelengyész láda, karosszékek, ülőszékek, melyek ülőkei kukorica csuhéból készültek. További használati tárgyak találhatók itt: mángorló, sulykoló, rokka, kettős szilke, paraszas vasaló, csizmalehúzó, ágyak, képek.

A nyitott kéményes konyhában egy kéményen ment ki az összes füst, melyen ráégett korom és zsiradék hagyta nyomát. A kéményben található



rudakra akasztották a füstölni valót. „Egy füst alatt megvolt”, - mondták. Baloldalt főztek, mellette a sütő látható, míg jobb oldalon a kemencében sült a kenyér. A kemma mellett a katlanba pedig vizet melegítettek. A sarokban krupplinyomó-prést helyezték el. A fazekas deszkán látható edények Csákvárról származnak, onnan hordták az edényeket ide a környékre. A nagyobbakba főztek, a kisebbekbe tároltak (lekvárt, aludt tejet, mézet, stb). Főbb használati tárgyak: vas háromláb, kacsasütő, pecsenyesütő, térsza szűrő, szaggatók, tarkedli-kuglóf-sütő, köpülő, csobolyó, vácska, kovászfa.

A harmadik helység a lakószoba. A ház lakója sváb származású volt. Ruhái, egy-két személyes tárgya: bot, naptár, berliner kendő a szekrényben szépen sorakoznak.

Az egyik ágy tövében, az imasarak asztala alatt férje katona ládáját őrizte meg. Férje háborúban meghalt, a néni két gyermekét egyedül nevelte fel. A nagyobb ágyban a néni, kisebbikben a gyerekek fejtől-lábról aludtak.

Ágya fölötti vaklikba-mélyedésbe imakönyvét, mécsesét helyezte el. Az utolsó időkben már csak ebben a szobában lévő tűzhelyen főzött. A tűzhelyen: pitli, szűrő, zsírosbögre, borsdaráló, reszelő, palacsintasütő, tejszűrő található. A szoba kellekei még a zsupkosarak. A házhoz egy kamra és egy istálló is tartozik. A veranda felől nyíló kis kapu-sárglya nem engedte az állatokat az épületbe. A sukorói házak fedele, - nádfelees volt, mert könnyen elérhető volt és ez volt a legolcsóbb. Abból éltek, amit maguk megtermeltek, vagy eljártak summásnak aratni.

Megyei versenyek

A Székesfehérvári Felsővárosi Általános Iskola Sukorói Tagiskolájának 4. osztályosai ebben a tanévben két megyei versenyen képviselték iskolánkat.

A Móra-Hétvezér versenyre, 3 lelkes csapattal nevezünk:

- 1. Nadapi 3 jómadár (Juhász Janka - Isztl Csenge – Szemes Flóra Borsika)
- 2. Arany csajok (Döme Flóra - Magyar Rebeka Anna – Nagy Leila)
- 3. Robotika tanszék (Kovács Kristóf- Berkényi Csongor – Mészáros Gergő)



A tanulóknak Élénore Cannone: Családcseré című regényéből kellett készülniük. A vetélkedő során a regény ismerete mellett leleményességüket, életrevalóságukat is bizonyítaniuk kellett.



A csapatok nagyon lelkiismeretesen, jó hangulattal járták végig, teljesítették az egyes helyszínek feladatait. Az idő nagy ellenfélnek bizonyult számukra, de a



Robotika Tanszék csapatának sikerült legyőznie, mert a Móra- Hétvezér csapatversenyen II. helyezést ért el.

Az elmúlt napokban pedig a TEK – TERMÉSZET-EMBER-KÖRNYEZET- verseny 3. fordulóján bizonyította iskolánk két tanulója a témával kapcsolatos tudását, rátermettségét.

A versenyre 3 csapattal nevezünk:

1. Döme Flóra - Szemes Flóra Borsika
2. Juhász Janka - Isztl Csenge
3. Mészáros Gergő - Berkényi Csongor

Az első fordulóban 9 feladatsoron keresztül kellett a tanulóknak az állatokról, növényekről, az emberi testről, a természet-és környezetvédelemről meglévő ismeretükről számot adni.

Mind a három csapat szorgalmas, kitartó munkájának köszönhetően, bekerült a második fordulóba, ahol esszét kellett írniuk az év madaráról. A 2016 év madara a haris.

A párok minden lehetséges forrást felkutattak, majd különböző stílust képviselve, személyiségüket tükröző módon megfogalmazva ismertették meg az olvasóval az eddig számunkra ismeretlen madarat. A két forduló során szerzett pontok alapján Mészáros Gergő és Berkényi Csongor bejutott a harmadik fordulóba, amely 2016. február 24-én, Székesfehérváron volt.

A fiúk a Hétvezér Általános Iskola megyei Természet – Ember- Környezet csapatversenyén II. helyezett lett.

Köszönöm lelkes kitartó munkáját az összes versenyzőnek, kívánom, hogy a jövőben is maradjanak ugyan ilyen bátrak, merjék megmutatni tehetségüket, tudásukat!

Betti néni

Köszönet a Sukoró Iskolájáért Közalapítványnak, a február 24-i versenyre történő utaztatásunkért.



Óvodai beíratás!

A Sukorói Óvoda értesíti a kisgyermekes szülőket, hogy a 2016/2017-es nevelési évre az óvodai beíratás időpontja: 2016. április 20-21 (szerda-csütörtök) 9.30-15.00 Helyszíne: Sukorói Óvoda 8096 Sukoró, Óvoda u. 2/B óvodavezető irodája Várjuk azon kisgyermekek szüleinek jelentkezését, akiknek gyermekük 2017. augusztus 31-ig betölti a harmadik életévét. A beíratkozáshoz szükséges dokumentumok a következők:

Gyermekek:
- születési anyakönyvi kivonata
- lakcímkártyája
- TAJ kártyája
- orvosi igazolása arról, hogy közösségi életre alkalmas

A szülő:
- személyi igazolvány;
- lakcímkártyája

Óvodánk Pedagógiai Programját, Háziarendjét, Szervezeti és Működési Szabályzatát megismerhetik a www.sukoro.hu honlapon. Jelentkezéssel és beíratkozással kapcsolatos bővebb információt a 22/ 598 – 006 telefonszámon kérhetnek. Gyermekeket szeretettel várjuk! Kelt: Sukoró, 2016. 03. 02. Tisztelettel: Viza Tiborné óvodavezető

Kedves Szülők!

Fontosabb időpontok:

Tavaszi szünet :2016.03.24-03.29. Utolsó tanítási nap 03.23./szerda/, első tanítási nap 2016.03.30./szerda/ Nyílt tanítási napok: 2016.04.11./hétfő/ és 12./kedd/ első 3 tanítási óra Gyermeknap 2016.06.03./péntek/ Utolsó tanítási nap 2016.06.15./szerda/

Idén is megrendezzük a tavaszi papírgyűjtést és az elektromos hulladékgyűjtést. A papírgyűjtés időpontja egyeztetés alatt van, szórólapot küldünk majd róla. Az elektromos hulladékgyűjtés április 14-én lesz. Kérnénk mindenkit, hogy akinek van ilyen jellegű hulladéka, eddig az időpontig juttassa el hozzánk. Köszönjük!

Kerékné Fülöp Annamária tagint.vez.



Benyouszki Borbála 2.o.



Kása Éva - óvodás



Jurák Hanna - óvodás



Erős Jázmin 2.o.



Stankovics Miklós 2.o.



Szűcs Emilia - óvodás

Iskolásaink farsangja

A hagyományos farsang a vízkeresztől (január 6.) hamvazószerdáig, a nagybőjt kezdetéig tartó időszak, melyet évszázadok óta ünnepeünk. A farsangot a mulatozás, lakomák, vidámság, szórakozás, bolondozás, tánc és bálók jellemzik a téltemetés-tavaszcélzás jegyében. Iskolásainkkal is egy egész napot szenteltünk a tél elűzésének.

Programjaink február 5-én, pénteken délelőtt kezdődtek egy maskarás felvonulással, ahol iskolánk minden tanulója megmutathatta saját jelmezét és elmondhatta saját kis versét. Ötletesebbnél ötletesebb álarcokat öltöttek a gyerekek, volt itt minden: a legújabb mozifilm szereplőitől,

a különféle mesehősökhöz keresztül a mitikus lényekig. Sok szülő megcsillogtatta fantáziáját és megmutatta kreativitását az otthon, gyermekével közösen elkészített színes jelmezeket keresztül. Majd következett a mindenki által várva várt tombola. Ezúton is szeretnénk megköszönni a lelkes szülőknek a büfé és tombola-felajánlásokat, hiszen annyi játék gyűlt össze, hogy a sorsolást csak két részletben tudtuk lebonyolítani. Ezután szenteltünk egy kis időt a farsangi lakomák hagyományának, süteményekkel, fánkkal és mindennel, mi szem-szájnak ingere.

Iskolánk tanítóiként farsangi és ügyességi játékokkal készültünk a gyerekek szórakoztatására. Puzzle, célbodobás játék, zenés székfoglaló, teremhoki és akadálypálya gondoskodott a vidám hangulatról. Miután kellőképpen elfáradunk, folytatódhatott a tombola. Ki több, ki kevesebb ajándékkal



gazdagodva zárta a napot, de végül senki sem távozott üres kézzel. Méltán állíthatom, hogy a tanév során ez az egyik olyan időszak, amelyet a legnagyobb várakozás övez a gyermekek részéről, hiszen ilyenkor mindenki egy kicsit kibújhat a bőrből, valaki más lehet, és önfeláldozással szórakozhat. Azt is ki merem jelenteni, hogy a telet biztosan elűztük, hiszen – ha még nem is érezzük, de – itt a tavasz!

Kulcsár Nóra



Teljeskörű FOTÓ és VIDEÓ szolgáltatás

- Esküvők, Családi rendezvények
Reklám, Portfólió, Dokumentáció stb...

- IGAZOLVÁNYKÉPEK AZONNAL!

Régi VIDEÓK (VHS, VHS-C, 8MM, Hi8 stb...)
Mozi FILMEK (8mm, Super 8mm)
átírása DVD-re! **Fotográfia**
Sukoró, Lankás u. 19 **06-30/300-0710**

Egyedi kályha,kemence,tűzhely tervezés,építés:
Zsadányi Gábor
Tel:30/971 7081
E-mail:gabor.zsadanyi72@gmail.com
www.kalyhakei.com



BABICS LÁSZLÓNÉ
KATA

**CSALÁDI
FODRÁSZ**

Sukoró, Fő utca 66.
hétfő, szerda, péntek

06-20/263-13-21

Mozgásában korlátozott
hölgyeknek,
uraknak, hajvágást vállalok
Sukorón, háznál.

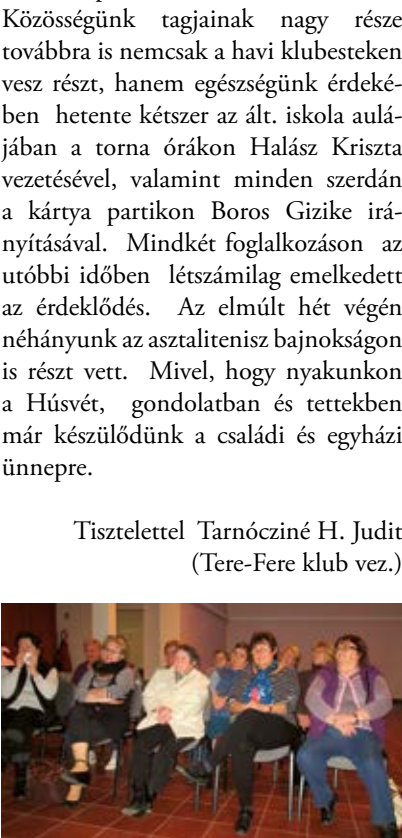


Juhász házaspár segítségével , Tücsi előadásában megismerhettük Záray-Vámosi énekes pár életét!

Tisztelt Sukoró lakói!

Ismét eltelt egy félév. Önöknek is, Nektek is úgy rohannak a hetek, a hónapok, mint nekünk nyugdíjasoknak? Pedig nagyon igyekszünk tartalmasan eltölteni az időt, nem unatkozunk. Tere-Fere klubunk életében létszám változás állt be. 2016. Januártól belépett közénk Kovács Adél és Sigvánszky Béláné Éva akiket nagy szeretettel fogadtunk. Két hónap elteltével igen jól beilleszkedtek csapatunkba. Februárban az Önkormányzat ajánlására eljött közénk a Sukorói lakosú Juhász házaspár. A Kultúrteremben a színpad vetítő vásznára Juhász Úr levetítette a néhai Záray- Vámosi énekes- előadó művész házaspár életét, munkásságát, amelyet nevelt lányuk Juhászné Tücsök Mária ecsetelt saját szavaival. Mivel, hogy korosztályunk, ifjúságunk táncdalénekesei voltak, nagyon szeretjük őket, érdeklődéssel hallgattuk az emlékezést, az előadást. Jó lett volna még több szám a repertoárból Tücsike! Közösségünk tagjainak nagy része továbbra is nemcsak a havi klubesteken vesz részt, hanem egészségünk érdekében hetente kétszer az ált. iskola aulájában a torna órákon Halász Kriszta vezetésével, valamint minden szerdán a kártya partikon Boros Gizike irányításával. Mindkét foglalkozáson az utóbbi időben létszámileg emelkedett az érdeklődés. Az elmúlt hét végén néhányunk az asztalitenisz bajnokságon is részt vett. Mivel, hogy nyakunkon a Húsvét, gondolatban és tettekben már készülődünk a családi és egyházi ünnepre.

Tisztelettel Tarnócziné H. Judit (Tere-Fere klub vez.)



Tisztelt Sukoróiak! FIGYELEM

2016. április 14-15-16, /csütörtök, péntek, szombat/ 10-16 órá között Használtcikk Börzéje a Kultúrházban

Nagy örömmel értesítem Önöket, hogy az idei évben is Sukoró Község Önkormányzata használtcikk börzét rendez a Kultúrház épületében. A börze sikeréhez mindannyian hozzájárulhatunk, használt gyermek-felnőtt ruháinkkal, könyveinkkel, játékokkal, háztartásunkban már nem használt eszközökkel.

Minden fölöslegessé vált, de használható állapotban levő sport eszközt is szívesen fogadunk.

A felajánlott tárgyak itt ingyenesen cserélnek gazdát. A börze célja, hogy a családunkban már nem használt, ugyanakkor hasznos tárgyainkkal, ruháinkkal, lábbelikkal másnak segíthessünk, örömet szerezhessünk. A mai nehéz gazdasági helyzetben a legkisebb

segítség sokszor a legnagyobb egy másik embernek. A közösség erejét az is jól mutatja, ha tudunk és akarunk is hozzájárulni egymás boldogulásához. Örömmel várunk ezért minden felajánlást a börzét megelőző napokban, /április 11-12-13-án, de. 9-12 és du. 14-18 óráig / amelyeket a kultúrházban gyűjtünk és szortírozunk.

Kérem Önöket, hogy ne lomtalanításnak tekintsek a börzét! A felajánlott tárgyakkal embertársainkon segítünk. A börze csak úgy lehet sikeres, ha minél többen részt veszünk benne.

Rajtunk múlik, milyen lesz!

Amennyiben bármilyen kérdésük van a börzével kapcsolatban, információt a következő elérhetőségen kapnak: Székely Enikő Réka tel: +36-30-717-7601, e-mail: kultura@sukoro.hu

Várom Önöket, találkozunk és segítünk egymáson!

Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva polgármester



Sukoró Község Önkormányzata 2016. március 19-én, szombaton 9:00 -15.00 óra között Húsvétváró Kézműves Vásárt szervez.

Várjuk azon helyi művészek, kézművesek, termelők jelentkezését, akik saját gyártású termékeiket szívesen árúsítanák a rendezvényen.

Jelentkezéseiket várjuk a kultura@sukoro.hu e-mail címen vagy a 06-30/717-76-01 telefonszámon Székely Rékánál, illetve ügyfélfogadási időben az önkormányzat épületében legkésőbb: 2016. március 16-ig.

Húsvéti játszótér: húsvéti kézműves gyermekfoglalkozások, állatsimogató, locsolós vers tanítás – amíg a szülők nézelődnek, a gyerekek is megtalálják a szórakozásukat.

Humán Családsegítő És Gyermekjóléti Szolgálat FELHÍVÁS Jelzőrendszeres házi segítségnyújtás

A saját otthonukban élő, egészségi állapotuk és szociális helyzetük miatt rászoruló, a segélyhívó készülék megfelelő használatára képes időskorú, valamint fogyatékos személyek, illetve pszichiátriai betegek részére az önálló életvitel fenntartása mellett felmerülő krízishelyzetek elhárítása céljából nyújtott ellátás. A jelzőrendszeres házi segítségnyújtás folyamatos készenléti rendszerben működik. Segítségével fenntarthatóak a biztonságos életvitel feltételei, krízishelyzetben lehetőséget nyújt az ellátást igénybe/vevő személynél történő gyors megjelenésre és segítségnyújtásra.

(A rendszernek három összetevője van: egy kicsi rádióadó (egy segélyhívó gombot mindig magával vihet, vagy magán hordhat a használó); egy vezérlő a felhasználó telefonjához csatlakozva és egy diszpécserközpont, amely figyelemmel kíséri a hívásokat. Amikor sürgős segítségre van szükség, a felhasználó csak megnyomja a rádióadó segítség-gombját. Ez egy rádiójelet küld a diszpécserközpontnak. A diszpécserközpont szakemberekből álló stáb, pszichológussal, szociális munkásokkal. A probléma jellegétől függően dönt, hogy kit kell riasztani: orvost, mentőt, rendőrt, tűzoltót, területi gondozónőt, hozzátartozót.)

A jelzőrendszeres házi segítségnyújtás igénybe/vétele szempontjából szociálisan rászorult:

- a) az egyedül élő, 65 év feletti személy,
- b) az egyedül élő, súlyosan fogyatékos vagy pszichiátriai beteg személy, vagy
- c) a kétszemélyes háztartásban élő, 65 év feletti időskorú, illetve súlyosan fogyatékos vagy pszichiátriai beteg személy, ha egészségi állapota indokolja a szolgáltatás folyamatos biztosítását.

A súlyos fogyatékossgát, a pszichiátriai betegséget, valamint az egészségi állapot miatti indokoltságot igazolni kell (házi-orvos által, a szolgáltató által kiadott nyomtatványon)

Ezen szolgáltatást térítési díj fizetése ellenében lehet igénybe venni.

Jelzőrendszeres házi segítségnyújtás térítési díja: 1600.-Ft/hó

Érdeklődni: Humán családsegítő és Gyermekjóléti Szolgálat Palánki Katalin szakmai egységvezető 06-30-915-1895



HUMÁN CSALÁD- ÉS GYERMEKJÓLÉTI SZOLGÁLAT

2481 Velence, Zárt utca 2. Tel/fax: 22/470-288 E-mail: human01@freemail.hu Honlap: www.human01.eoldal.hu

Sukoró családsegítője: Gajdos Viktória megalálható szerda: 10.00 - 11.00-ig Polgármesteri Hivatal Sukoró Óvoda utca 2.

Házi segítségnyújtás, Jelzőrendszeres házi segítségnyújtás Egységvezető: Palánki Katalin Elérhetőség: Velence, Zárt u. 2. Telefon: 06-22-589-157 06-30-915-1895

Nyugdíj és társadalombiztosítási szaktanácsadás, ügyintézés: Bencsik Ferencné tanácsadása minden szerdán 9.00 - 11.00-ig. Helyszín: Velence, Zárt utca 2.

Pszichológiai tanácsadás: előzetes bejelentkezés alapján lehet igénybe venni Telefon: 06-22-589-572 06-70-453-2784 Helyszín: Fejér Megyei Pedagógiai Szakszolgálat Gárdonyi Tagintézménye 2483 Gárdony, Kossuth utca 19.

Jogi tanácsadás: előzetes bejelentkezés alapján lehet igénybe venni Telefon: 06-22-355-231 Helyszín: Fókusz Szociális Szolgálat 2483 Gárdony, Gárdonyi Géza u. 2. A tanácsadások térítésmentesen vehetők igénybe.

Tavaszi lendület – avagy életmódváltásra fel!

Kisütött végre a Nap, vége a borús, fárasztóan szürke télvégi napoknak. De jó! Lehet újra kertészkedni, túrázni, biciklizni, mocomogni odakint! Talán az életmódváltás gondolata is megérlik bennünk, s ezzel együtt a vágyak, tervek, célok is megszületnek az idei tavaszt várván. Ahogy a szilveszteri fogadalmak, úgy a tavaszi elhatározások is nagy lendülettel indulnak: „jeden többet mozgok majd”, „visszanyerem a régi erőnlétemet”, „mire kisüt az első nap, már formában leszek”, „komolyabban odafigyelek az életmódomra, étkezésemre”. Ehhez hasonló gondolatok és kijelentések bizony gyakoriak, a cél elérése azonban nem mindig következik be, van úgy, hogy a kitartás a célszalag előtt elfogy. A sportolás, életmódváltás megkezdésekor is érdemes követni a fokozatosság

elvét. Kisebb célokkal, apróbb lépésekkel tovább jutunk, kevesebb kudarc ér bennünket, és a sikereink tovább fokozzák a folytatáshoz szükséges erőnket. Sokszor csak egy szélsőséges helyzet mozdíthat ki bennünket kényelmes mivoltunkból, pedig mennyivel egyszerűbb lenne időben elkezdni akár a sportot, akár helytelen étkezési szokásaink átalakítását. Hiszen sokkal könnyebb megmagyarázni magunknak, hogy nincs idő mozogni, nincs energia odafigyelni a táplálkozásunkra, az egészséges táplálék amúgy is nagyon drága. Pedig hosszú távon csakis az életmódváltásban bízhatunk. Mindig vannak divatos fogyókúrák irányzatok, csodamódszerek, amikre esküszik a szomszéd vagy a barát. Azonban ezek többsége valamelyik életfontosságú tápanyag megvonásán alapul, amely működhét ideig-óráig, de a szervezet egy idő után elkezd kompenzálni, hiszen az alapvető tápanyagokra szüksége van! Ennek tipikus jele a JOJO effektus, amikor nagy szenvedések árán leadott kilókat nemhogy visszahízzuk, de még több is rakódik ránk, mint ami a fogyókúra előtt volt. Ez az egészségi állapotunkra is rossz hatással van. Az éhezés során az anyagcsere lelassul és elkezd raktározni a szervezet. Fő célja ugyanis mindig a túlélés, tehát ha úgy érzi, hogy veszélyben van és rendszertelenül kap tápanyagot, elkezd raktározni, hogy minél tovább túléljen. Az álomalak eléréséhez, vagy csak egyszerűen csak a jó közérzet fenntartásához nem az önsanyargató diéta a követendő út. Arra sem lehet hagyatkozni, hogy hosszútávon mozgás nélkül új formába kerülünk, vagy abban maradjunk. Tehát enni kell, csak nem mindegy, hogy mit és miből mennyit. Alapszabály a napi ötszöri kis mennyiségű tápanyag bevitel, illetve a megfelelő mennyiségű cukrozatlan folyadék fogyasztása. Azonban a diétás és szinten tartó időszakot muszáj kettéválasztani. Vannak ugyanis olyan ételek, amelyeket a fogyókúra időszakban kerülni kell, utána viszont be lehet vezetni az étrendbe. A fehér liszt és a cukor azonban mindkét időszakban tiltólistás, ez nem része az egészséges táplálkozásnak. Ha elbizonytalanodunk célunk szerinti étrendünk kialakításában, kérjük szakember segítségét. Néhány szabály betartásával és a rendszeres testmozgás beiktatásával biztosan elérjük kitűzött céljainkat, és energiával telve, kiegyensúlyozottabban, boldogabban, egészségesebben élhetjük minden-napjainkat. A rendszeresen végzett testmozgásra fokozottan igaz, hogy elkezdni nehéz. Pedig a kezdeti nehézségeken átlendülve szervezetünk csodás változásokon megy keresztül, az edzés rémálomból örömforrássá válik. Nem csak fizikailag, de mentálisan is nagy haszonnal jár. Elsődleges célunk

ugyan a súlyvesztés vagy alakformálás, de mire hozzászokunk a mozgáshoz, már örömmünket leljük abban, hogy észrevehetően nagyobb terhelést is könnyebben veszünk, sőt nem fáradtabbak, hanem frissebbek leszünk, és az eddig stresszel járó helyzeteket könnyedén megoldjuk, vagy kiegyensúlyozottabb lélekkel átlépünk rajtuk. Mit nyerünk tehát a súlyvesztésen túl, ha következetesen és rendszeresen mozogni kezdünk? Az első szembetűnő változást az állóképességünk javulásában, energiaszintünk növekedésében érezhetjük, ahogyan múlik az idő javul a tüdő és szív működése, a keringés, és ennek köszönhetően az anyagcsere folyamataink. Apránként elérjük, hogy izmaink tovább bírják a terhelést ugyanolyan intenzitás mellett. Pulzusunk észrevehetően csökken, ahogyan a vérnyomás is normalizálódik, vagyis a szívünk nem ugrik ki a helyéből. Ízületeink újra mozgékonyak lesznek, csontjainkban fokozódik a kalcium lerakódás, erősödik a csontgerendázat, ezzel harcolhatunk a leghatékonyabban a csontritkulás ellen. Javul az emésztés, aminek egyenes következménye, hogy fokozódik a méregtelenítés és növekszik az immunrendszer védekező képessége. S mire mindezt meg tapasztaljuk, annyi zsírt égettünk el, hogy annak szemmel látható eredményei is lesznek! Ugyanis a mozgáshoz energia kell, amit a zsírraktárainkból fedez a szervezetünk, ha jól választottunk mozgásformát. Szempont legyen, hogy örömmel végezzük. Nem az intenzitás a lényeg, sokkal fontosabb, hogy izmaink karbantartásával növeljük az izomszövetünk mennyiségét, hiszen ott fogjuk megvalósítani az igazi zsírégetést. Aki ily módon előrelát, azzal a kellemes ténnyel fog szembesülni, hogy szervezete akkor is zsírt éget, amikor nem végez épp testedzést, hiszen a nagyobb izomtömeg nyugalmi állapotban is nagyobb kalória felhasználást von maga után.

Érdemes több irányzatot, többféle mozgásformát kipróbálni-kombinálni, hogy hosszú távon se legyen unalmas a testmozgás. Szerencsésnek mondhatjuk magunkat, hiszen itt helyben is van lehetőségünk kipróbálni magunkat többféle edzéstípusban. Kultúrházunkban minden héten találkozhatunk körödedzéssel, alakformáló órákkal és gerinctréninggel. A körödedzés egy szálkásításra, intenzitást fokozásra és zsírégetésre nagyon jól használható technika, és nagyszerű módszer az állóképesség javítására, a fittségi szint emelésére. Célja egy edzésen belül a munkában résztvevő izmok és izomcsoportok változatos terhelése. Az edzések nem monotonok, mivel egy edzésen belül többféle segédeszközt, módszert, vagy sportképességet (aerob állóképesség, erő-állóképesség) alkalmazunk annak érdekében, hogy szervezetünk minél több új ingert kapjon. Egy-egy körön belül

általában nem tartunk pihenőidőt, csak annyit, amennyire az egyes gyakorlatok közötti váltáshoz szükségünk van. Alakformáló óra: az edzés teljes időtartama alatt a test valamennyi főbb izomcsoportját alaposan átmozgatjuk. Erőfejlesztő, izomtónust fokozó és testtartást javító gyakorlatok végzésére nyílik lehetőség. Általában a problémásabb területekre koncentrálnunk, mint például a has, far, comb izmainak megdolgoztatása, illetve az ágyéki gerincszakasz izomzatának erősítése. A gyakorlatok végrehajtásához használnunk segédeszközöket, kézi súlyzót, gumiszalagot, óriáslabdát, kislabdát, step padot vagy TRX-et. Kellemes nyújtással zárjuk az órát. Ez az óratípus fokozza az anyagcserét, energikussá, mozgékonyá tesz.

Gerinctréning: kellemes, lágy zenékre komponált gyakorlatokkal dolgoztatjuk meg a gerincünket. A tréning kiválóan alkalmas a civilizált (ülő) életmódból adódó gerincpanaszok (hát- és derékfájás, rossz tartás, stb.) megelőzésére, megszüntetésére. Lényege a gerinc ízületeinek alapos átmozgatása, a gerinc működésében résztvevő izmok erősítése, nyújtása, a stabilitásért felelős mélyizmok trenírozása, az egyensúly fejlesztése. Nem csupán fejlesztő-gyógyító hatású, hanem tetőtől talpig mindent megmozgat, erősít, karcúsít és tökéletesen kikapcsol. Az edzés alapvetően egészséges embereknek összeállított, megelőző jellegű program, ahol komoly fizikai terhelést kap a törzsizomzat (hát és hasizmok), a comb- és farizmok, valamint a vállizmok. A gerinctréning a fizikai fáradtság mellett mentális kikapcsolódást is nyújt, jótékony hatása már az első óra után érezhető. Heti minimum egyszer ajánlott a részvétel.

Minden lehetőségünk adott tehát, hogy letehessük a sikeres életmódváltás alapjait és minden nap mozogjunk!

Gazdaghné Medve Melinda



