



Sukorói Hírforrás



Szeretettel köszöntöm Kedves Olvasóimat!

Még néha visszanyúlunk a tél keze az időjárásban, de ha a felhők mögül előbukkan a nap, arcunkon érezzük a közeledő tavasz simogatását. A hóvirág a lélek tisztaságát idézve fehér szirmait már megmutatta nekünk. Az ibolya, a barka, az aranyeső és mandulafa virágzása is ékes bizonyítéka az évszak változásának, vitathatatlan a tavasz jelenléte. A kiskertekben szorgos kezek dolgoznak, a domboldalokon, a lejtőkön a szőlőkertekben is megelégnül az élet, a szántókon mezőgazdasági munkagépek végzik a tavaszi munkálatokat. Ha az időjárás engedi, és mivel már hosszabodnak a nappalok, délutánonként nekem is jut időm arra, hogy tevékenykedjek a ház körül, nemcsak az udvarunkon, de a házunk előtti területeken is. Jólesik a friss levegőn végzett munka, és a végén öröm látni az eredményt. A télről maradt falevelek, letört gallyak, a közterületeken elhagyott szemét zsákba kerül. Elégedettség tölt el, mert egy kevés munkával segítünk a természetnek, hogy levegőt kapjon, és a legszebb ruhájában pompázhasson. Igaz a mondás, hogy tavasszal újra éled a természet. Kérek minden Kedves Sukorói Ingatlanulajdonost, hogy tegyen egy keveset az ápolat környezetért, mert közös munkával a település egésze megújulhat. Ne legyenek elhanyagolt porták, a házunk előtti területet is gondozzuk, tisztítsuk meg az ingatlanunk előtti árokszakaszt is. A Sukorón áthaladó és a tóig nyúló nagy vízesárok, az útszéleket, a közterületeket a Falugazdászolgálat munkatársai tartják

rendben. Többször tájékoztattam már a Kedves Olvasókat, hogy a „Sukorói strand” területe nem önkormányzati tulajdon, az a Magyar Állam vagyona, mely a Vízügyi Igazgatóság, valamint a Duna Ipoly Nemzeti Park kezelésében van. Ettől függetlenül - mivel Sukoró közigazgatási területén helyezkedik el - magunkénak érezzük a gondozását, így heti egy alkalommal a szemét összegyűjtését, elszállítását, a száraz töredezett faágak lemetszését, aprítását, és a terület kaszálását elvégezzük.

Minden évben jogosan visszatérő téma a száraz falevelek és a faágak, gallyak égetésének a kérdése.

Önkormányzatunk szeretné ezt a problémát törvényes lehetőségek keretein belül megoldani.

Mint arról már mindannyian értesültek, nagy örömünkre és büszkeségünkre megnyitotta kapuját a Sukorói Óvoda és Mini Bölcsőde. Tartottunk nyílt napokat, így az érdeklődők megtekinthették az intézményt kívül-belül. Ma már a legkisebbek folyamatos beszoktatása történik, májusra pedig teljes létszámmal üzemel a környék legmodernebb, legszebb intézménye, kisgyermekünk csodapalotája.

Köszönöm a kedves megkereséseket az utak javításával, felújításával kapcsolatban. Minden kérést napirendre tettünk, azokat a költségvetésünkbe beépítettük. A munkálatokat az optimális időjárás beálltával megkezdjük.

A jövőben is várok minden felmerülő, a közösségi érdekeket szolgáló kéréseket, kéréseket, hogy a párbeszéd mindig napirenden legyen, ennek fényében fejleszthessük településünket, javítsuk és tegyük minél minőségibbé az önkormányzati kötelező feladatelátási szolgáltatást. Minden más, nem önkormányzati kompetenciába tartozó ügyben is szeretnénk továbbra is segítő partnerek maradni.

A kamerarendszer kiépítésének árajánlatai beérkeztek. Köszönöm a Polgárőr Egyesületnek a hatékony, szakszerű segítségét és munkáját. A kivitelezés megkezdése előtt még számos kérdést pontosítunk a szakmai ágazatokkal, hogy a szolgáltatás hatékony legyen, és minden igényt ki tudjon elégíteni.

A Kalász utcát a Borostyán utcával összekötő járdaszakaszmellett a biztonságos esti közlekedést segítő lámpaszlopok kerülnek telepítésre. Hasonlóan a Sorompóvölgy utca is új villanyoszlopokkal gazdagodik.

A Fialok Házának kivitelezése a

tervek szerinti ütemben halad. Mint ahogyan már előző lapszámunkban is részletesen kifejtettem, a „Fialok Háza” projekt a nevével függetlenül minden korosztály számára teret kínál rendezvények, közösségi összejövetelek, klubok és szabadidős sporttevékenységek megtartásához.

A TOP_Plusz-1.1.3-21 kódszámú, Helyi és térségi turizmusfejlesztés c. felhívásra támogatásban részesült „Aktív turizmushoz kapcsolódó komplex fejlesztések Sukorón” pályázatunk közbeszerzési eljárása megindult.

Főterünk tavaszi gondozása, szépítése, majd virálpalántákkal történő beültetése – az időjárásához igazodva – hamarosan kezdetét veszi.

Tárgyalásokat folytatunk az OTP Bank Nyrt.-vel egy bankautomata sukorói telepítésével kapcsolatban. Bízom az eredményes döntésben.

Sokan hallottak már a Gondosóra Programról. Az elmúlt időben személyes találkozásokon és egyéb felületen igyekeztünk elérni az érintett 65 éves korosztályt. Útmutatót, tájékoztatást adtunk a program fontosságáról. Szép számmal jelentkeztek a Kedves Szépkorúak. Ezúton is kérek minden leendő érintettet, aki még eddig nem élt a lehetőséggel, de fontosnak tartja a segítségnyújtásnak ezt a módját, keresse meg önkormányzatunkat akár telefonon, személyesen, vagy e-mail útján, és mi segítünk a kérelem kitöltésében. Kérem Önöket: ÉLJENEK VELE! Életet menthet.

Terveink között szerepel az iskolaudvar élő fűvel történő borítása, árnyékoló fák beültetése. Ez ugyan nem önkormányzati feladat, de gyermekeink érdekében a képviselő-testülettel megtárgyaltuk a projekt lehetséges megvalósítását önerő biztosításával. Remélem a Kedves Szülők is örömmel hallanak erről a döntésünkről.

Iskolásaink kezét továbbra is szeretnénk elengedni, támogatni és segíteni fogjuk egy 8 osztályos iskola építésének ügyét, amelyre Sukorón nagy igény lenne. Amennyiben a mostani gyermeklétszám nem csökken, sőt növekszik, kormánytámogatással megvalósulhat egy régi vágyunk.

Örömmre szolgál, hogy az idei évben is ingyenesen megszervezett egészségnapra rekord számú érdeklődő jelentkezett és vett részt a szűréseken.

A tavaszi-nyári időszakban számos ünnep, vidám program várja Sukoró lakosságát.

A március 15-i nemzeti ünnepünk alkalmából tartandó rendezvényünkre sok szeretettel meghívom minden kedves ünnepelni vágyó Lakosunkat!

A gyermeknap programunkról és a falunapi vigaszg, valamint a kiállítások megrendezésének időpontjáról hamarosan tájékoztatni fogjuk Önöket különböző, mindenki számára elérhető felületeken. Gazdag, vidám, kalandos élményt nyújtó ünnepséget szervez Önkormányzatunk kicsiknek és nagyoknak egyaránt.

Szép és boldog tavaszi időtöltést kívánok minden Kedves Olvasómnak!

Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva
polgármester

„...Szivárvány dalol, az ég is énekel,
Árad a boldogság az élő réteken.
A folyók és patakok nevetve szaladnak,
Örülj te is, kedves, légy boldog,
tavasz van!”

Onedaisy - Tavasz van





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

**1848. MÁRCIUS 15-e emlékére
tartandó ünnepségre
2024. március 14-én 10.00 órától
a Sukorói Kultúrház előtti téren**

Köszöntőt mond:
Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva
polgármester

Ünnepi műsor:
Megemlékező beszédet mond:
Dr. Molnár Krisztián a
Fejér Vármegyei Közgyűlés Elnöke
Óvodásaink műsora
Iskolásaink műsora
Pákozdi Abajka Citerazenekar
közreműködése

A kopjafa koszorúzására Önnelkel
együtt, Önkormányzatunk
Képviselő-testületével és az
Egyesületek részvételével kerül sor.

A Képviselő - Testület Híreiből

Sukoró Község Önkormányzatának Képviselő-testülete 2023. 2024. január 25-én és február 13-án tartotta a nyílt testületi üléseit, melyeken az alábbi ügyeket tárgyalta:

Sukoró Község Önkormányzatának Képviselő-testülete megtárgyalta a Velencei Központi Orvosi Ügyeleti Társulás megszűntetésének ügyét és a tagok közötti elszámolását.

A Velencei Központi Orvosi Ügyeleti Társulás -melynek székhelye: 2481 Velence, Tópart utca 26. szám, törzskönyvi azonosító száma: 819059, továbbiakban: Társulás – 2024. február 1.-napján jogutód nélkül megszűnik azzal, hogy vagyonai jogutódjai a volt tagi Önkormányzatok.

A Testület megtárgyalta és elfogadta a Közép-Duna Vidéke Hulladékgazdálkodási Önkormányzati Társulás Társulási Megállapodásának módosítására vonatkozó javaslatot.

A Testület az alábbi Összesített közbeszerzési tervet fogadta el: Összesített közbeszerzési terv 2024.

Készítette: Sukoró Község Önkormányzata a közbeszerzésekről szóló 2015. évi CXLI. (a továbbiakban Kbt.) 42. § (1) bekezdése alapján.

Közbeszerzési eljárás tárgya:

1. A TOP_Plusz-1.1.3-21 kód-számú, Helyi és térségi turizmusfejlesztés c. felhívásra benyújtott: „Aktív turizmusokhoz kapcsolódó komplex fejlesztések Sukorón” című TOP2 PLUSZ-1.1.3-21-FE1-2022-0002 azonosító számú pályázat, nemzeti eljárás a Kbt. 117. § alapján

A közbeszerzési eljárás indításának tervezett ideje: 2024. I. negyedév

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testülete Dr. Petrus József Csabával

Sukoró Község Önkormányzat főépítési feladatainak ellátására korábban kötött megbízási szerződést meghosszabbította 2024. december 31-ig.

A Testület Gárdonyi Rendőrkapitányság részére 500.000,- Ft. támogatást biztosít pilóta nélküli állami légi jármű beszerzéséhez. A támogatás a 2024. évi költségvetés egyéb működési célú támogatások államháztartáson kívülről terhére biztosítja. Az egyesület a támogatás felhasználásáról 2024. december 31-ig köteles az önkormányzatot tájékoztatni.

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testületének

11/2024. (I.25.) határozata

a Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testületének az Iskola aula és sportpályák bérleti díjáról szóló 107/2022. (X.21.) határozat kiegészítéséről

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testülete az energiaválság okozta pénzügyi nehézségek miatt az alábbi döntéseket hozta:

1) Az iskola auláját és az óvodai sportcsobát a sukorói egyesületek ingyenesen használhatják. A helyiségeket a díjazás ellenében szolgáltatást nyújtó magánszemélyek, csoportok, egyéni vállalkozók 5.000,- Ft havidíj ellenében vehetik igénybe.

2) A sukorói sportpark területén lévő műfüves futballpálya, valamint kosárlabda pálya bérleti díját rendszeresen tartott csoportos foglalkozások esetében 15.000,- Ft/óra összegben állapítja meg.

3) A sukorói sportpark területén lévő füves futballpálya bérleti díja 20.000,- Ft/óra. Az állagmegóvás érdekében a füves futballpálya hetente rendszeresen két napon, maximum 1-1 órára bérelhető.

4) A sportpark teljes területének bérleti díja egy egész napra 100.000,- Ft/nap. A füves futballpálya csak 1 órára vehető igénybe.

5) A sportpark területén található sportpályák használata a sukorói lakcímkártyával rendelkező lakosok részére ingyenes.

6) A sukorói rendezvénytér területén lévő színpad bérleti díját 5.000,- Ft/óra összegben állapítja meg.

7) Sukoró Község Önkormányzatának tulajdonában lévő egyéb szabadtéri helyszínek (pl.: Néprajzi Ház udvarán lévő foglalkoztató, piactéri színpad előtti térköves tér, stb.) bérleti díját 3.000,- Ft/óra összegben állapítja meg.

A jelen határozatban megállapított bérleti díjak 2023. május 1-jétől érvényesek.

Sukoró Község Önkormányzatának Képviselő-testülete megismerte és megtárgyalta az Országfásítás-településfásítási programmal kapcsolatban érkezett lakossági megkeresést. A képviselő-testületi ülésen Nagy Roland alpolgármester, aki egyben a Sukoró Gyermekieért Közalapítvány elnöke, elmondta, hogy a szervezet regisztrált a fásítási programban. A testület egyetértett abban, hogy válaszlélelben tájékoztatja a kérvényezőket, hogy a programon való részvétellel kapcsolatosan keressék meg a Sukoró Gyermekieért Közalapítványt. A járóbeteg szakellátási feladat önkormányzati költségvetési szerv részére átadása ügyében Sukoró Község

Önkormányzata Képviselő-testülete az alábbi döntést hozta:

Sukoró Község Önkormányzata Képviselő-testülete a Velencei-tavi Kistérségi Járóbeteg Szakellátó Közhasznú Nonprofit Kft. tagjaként az egészségügyről szóló 1997. évi CLIV. törvény 152. § (4) bekezdésében és 244/K. § (1) bekezdésében foglaltak alapján kinyilvánítja azon szándékát, hogy gondoskodni kíván a tulajdonában is álló gazdasági társasági formában működő járóbeteg-szakellátó szolgáltató által ellátott feladat önkormányzati költségvetési szerv részére történő átadásáról az államháztartásról szóló 2011. évi CXCV. törvény 11/A. § - 11/F. §-ában szabályozott eljárás lefolytatásával. Javasolja, hogy a költségvetési szervre való átalakulás napja 2024.05.01. legyen.

A Képviselő-testület az Möt. 10. § (2) bekezdésében foglaltak alapján előzetesen dönt arról, hogy a járóbeteg szakellátási feladatait önként vállalt feladatként vállalja.

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testülete a járóbeteg szakellátást szolgáltató feladatokat ellátó Áht. 8. § (2) bekezdése szerinti közös önkormányzati költségvetési szerv alapításában alapítóként részt kíván venni az Ávr. 4. § (1) bekezdésében foglalt megállapodás megkötése útján oly módon, hogy a fenntartói kötelezettségek aránya azonos mértékű legyen a Velencei-tavi Kistérségi Járóbeteg Szakellátó Közhasznú Nonprofit Kft.-ben lévő, az önkormányzatot megillető üzletrésük %-os arányával, mely alól kivételt képeznek a jövőbeni beruházások s fejlesztések vonatkozásában egyedi megállapodásban vállaltak.

A Képviselő-testület felhatalmazza a polgármestert, hogy a járóbeteg szakellátást önként vállalt s közös alapításban részt vevő önkormányzatok polgármestereivel egyetértve a megállapodás előkészítését érdekében intézkedjen s azt jóváhagyásra terjessze a Képviselő-testület ülésére.

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testülete kizárólag abban az esetben támogatja, hogy a Velencei-tavi Kistérségi Járóbeteg Szakellátó Közhasznú Nonprofit Kft. a tartozásainak rendezésére saját bevétele érdekében elidegenítse a kizárólagos tulajdonát képező Velencei Belterület 2181/B/4 hrsz-ú „gyógygyeztér” megnevezésű ingatlan egészét, amennyiben arról hivatalos, független, nyilvántartásban bejegyzett értékbecslő (ingatlanvagyon-értékelő) szakember által készített értékbecslést mutatnak be. Az ingatlan

eladásából származó bevétel kizárólag a pályázati támogatások visszafizetésére használható fel. A vételár felhasználásáról a Nonprofit Kft. köteles Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testületének 2024. március 31-ig írásban beszámolni.

A Képviselő-testület felhatalmazza a polgármestert a Társaság taggyűlésén az ingatlan elidegenítésére vonatkozó döntéshozatalra.

Sukoró Község Önkormányzata megismerte és megtárgyalta a 2024. évi költségvetéséről és annak végrehajtási szabályairól szóló rendelettervezetet. Úgy határoz, hogy a szükséges módosítások képviselő-testületi ülésen, de legkésőbb 2024. március 15. napig a rendeletet újratárgyalja és megalkotja.

Sukoró Községi Önkormányzat Képviselő-testülete a „Panoráma terepfitőpálya kiépítése” tárgyú, a Kbt. 117. § alapján lefolytatandó közbeszerzési eljárásról tárgyú közbeszerzési dokumentációt, ajánlati felhívást és vállalkozási szerződés tervezetét megismerte, az abban foglaltakkal egyetért és a közbeszerzési eljárást megindítja.

Sukoró Község Önkormányzatának Képviselő-testülete megtárgyalta a Sukorói Óvoda-Mini Bölcsőde beiratkozásának, nyári zárva tartásának időpontját és az alábbi döntést hozta:

1.) A Sukorói Óvoda beiratkozásának ideje: 2024. április 23-24. 9-15 óráig

2.) A Sukorói Óvoda-Mini Bölcsőde nyári zárva tartásának ideje: 2024. augusztus 1-31-ig

Sukoró Község Önkormányzatának Képviselő-testülete megtárgyalta a Fejér Vármegyei Rendőrkapitány kapitányságvezetői kinevezésére vonatkozó javaslatát, az abban foglaltakkal egyetért, támogatja Kovács Zsolt r. ezredes rendőrségi főtanácsos kapitányságvezetői kinevezését. Felkéri a polgármestert, hogy állásfoglalásáról a Fejér Vármegyei Rendőrkapitány urat tájékoztassa.

Rendelet: Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testületének 1/2024. (I.29.) önkormányzati rendelete Sukoró Község településképeinek védelméről szóló 21/2017. (XII. 14.) önkormányzati rendelet módosításáról

A rendeletet a www.sukoro.hu honlapon a Rendeletek mappában megtalálhatóak.

Sukoró, 2024. február 28. dr. Berzesenyi Orsolya

Tisztelt Olvasók!

Az idei nevelési évünk második felébe mindenki legnagyobb öröme az új épület átadásával, az új bölcsődei csoportok beindulásával kezdődött számunkra. Fáradságos, de örömteli pillanatok tartogattak a költözés. Jó érzés volt látni, érezni, hogy ebben a két napban hogyan lélegzett együtt a közösségünk. Az óvoda és bölcsőde lelkes csapatát asztalosok, barátok, családtagok, szülők segítették abban, hogy 2024. január 16-án megnyíljon a gyermekek előtt a két új óvodai csoportszoba, és a három bölcsődei szoba ajtaja. Köszönöm lelkes munkájukat! Nagy öröm számunkra, hogy a bővítés nem csak a gyermeklétszám emelkedésének ad teret, hanem új munkahelyek is teremtődtek, amelyek némelyikét sukorói lakosokkal is sikerült betöltenünk.



Az új rész játszóudvarának játékeszközzeit pedig a napokban telepítik a szakemberek.

2024-es programjaink a Kultúra napjával vették kezdetüket. Ez alkalomból az óvodánkba évek óta visszatérő Ákom-Bákom társulat bábelőadását tekinthetjük meg. Februárban óriási



farsangi mókával üztük el a telet. A talp alá való népzénet a Napraforgó Együttműködés húzta. Felöltöttek és gyerekek közösen járták a táncot.

Az idei évben középső csoportosaink is bekapcsolódnak településünk március 15-i megemlékező műsorába. Hagyományainkhoz híven a kisebb csoportokba járó gyermekek az óvoda udvarát, a nagyobbak a település főterét díszítik majd nemzeti színű munkáikkal.

Az év hátralévő részében sok színes program várja gyermekeinket. Hagyományos programjaink mellett, mint közös erdei piknik, sportnap, gyermeknap, ellátogat hozzánk az utazó Planetárium, valamint egy bábművész, aki a fenntarthatóságról mesén keresztül szól a gyerekekhez. Elsétálok a Vadmadár kórházba, a Költészet napja alkalmából a Sukorói Könyvtárba. A Népviselő napján óvodánk két dolgozója, Judit néni és Kati néni csodálatos népviseleti ruhákat mutatnak meg nekünk, majd táncszízzel zárjuk a programot. Mindezek mellett a Húsvétről sem felejtkezünk meg. Ezen a napon, szülők felajánlása jóvoltából, élő nyuszit simogathatnak a gyerekek az óvodában. Tapasztalataink alapján egész nap óvják, gondoskodással veszik körül a gyerekek. A húsvéti tojáskeresés is kedves program az óvodában.

A pécsi Pegazus Színház bérlete 3 alkalommal nyújt kulturális lehetőséget. Nagycsoportosaink pedig a székesfehérvári Vörösmarty Színház bérletes látogatói.

Végül a nevelési év végén búcsút veszünk nagycsoportosainktól, akik márciustól több alkalmon keresztül ismerkedhetnek a Sukorói Iskola tanítóival. A tanító néni szeretettel készülnek iskolanyitógató programjukkal és elrepítenek bennünket az iskola varázslatos világába.

Partneri kapcsolataink legfontosabb színtere a család. Közös programok, családlátogatások, szülői értekezletek és fogadó órák biztosítják a kapcsolattartást. A Szülői Szervezet támogató jelenlétére is számítunk, számíthatunk az év folyamán.

Február 20-án országos pedagógiai-szakmai ellenőrzés (tanfelügyelet) zajlott az óvodánkban. A szülőökkel, pedagógusokkal történő interjúzás és a szakmai dokumentációink, szakmai munkánk vizsgálata után nagyon sok pozitív visszacsatolást kaptunk a szakértő kollégáktól. Izgatottan várjuk az ellenőrzés eredményét, amelyet a www.sukoro.hu oldalon publikálunk.

Látható, hogy milyen tartalmas év számunkra a 2023-2024-es nevelési év. Bízom benne, hogy ez a színes repertoár felnőttekben és gyermekekben egyaránt

mélyíti az érzést, miszerint



Tájékoztató: A 2024-2025-ös nevelési évre szóló óvodai beíratás időpontja 2023. április. 23-24 9-15 óráig. A Hirdetmény minden szükséges tájékoztatást tartalmaz, amely hamarosan megtekinthető a www.sukoro.hu oldalon. A bölcsődei beíratás a 2024-2025-ös évre folyamatos, a szeptemberi kezdéssel kapcsolatos felvételi szándékukat az ovoda@sukoro.hu email címen jelezhetik.

Törzskönyv Vidovits Tímea Igazgató



Gyerekszemmel a világ



Gyerekszemmel a világ



Magyar Kultúra Napja az iskolában

Szavaloverseny megrendezésével ünnepelte meg iskolánk a Magyar Kultúra Napját január 22-én. Már az elsősök is izgatottan készülődtek a nevezetes alkalomra, hogy először lépjenek fel az iskolai rendezvényen, teljesítményüket különdíjjal értékelte a zsűri. Örömmel fogadtuk a szülőket, akik nagyon szurkoltak a kis versenyzőinkért. A zsűriben megtisztelt bennünket Varga Edit a Hagyományörző Egyesület vezetője, Békési Erika, aki saját könyvével ajándékozta meg az első helyezést elért tanulókat, Lengyel Orsolya és Hartal Barnabás, iskolánk volt tanulója, aki első helyezést ért el a tavalyi Vajda János szavaloversenyen. Élménydús délutánt töltöttek együtt az iskola tanulói, akik szorítottak versenyző társaikért.



Helyezések:

I. kategória:

1. Varga-Patonai Gergő
2. Bánóczki Filip
3. Németh Emil

II. kategória:

1. Molnárdombi Erik Rikó
2. Botlik Ábel
3. Sztupa Liza

Gratulálunk minden versenyzőnknek, pedagógusainknak és a szülőknak!

Schenk Beatrix
tagintézmény-vezető
Felsővárosi Általános Iskola
Sukorói Tagiskolája



Civil szervezetek

„Itt a farsang áll a bál...”

Februári 12-én rendeztük a farsangi mulatságot a sukorói iskolában. A karnevál a jelmezesek felvonulásával kezdődött. Tündérek, hercegnők, állatok és más csodás lények serege vonult fel elképzeltatva a közönséget. Ezek után a tanítónénik által szervezett és levezetett vicces programokra került sor: fánkevésben, zenés és ügyességi játékokban vetélkedtek a jelmezesek. A nap fénypontja a mindig várva várt tombolahúzás volt, amit nagy izgalom és nyüzsgés lengett körül. A hangulat a fődíj kihúzásakor tetőpontjára hágott, ahol egy szerelőjáték találta meg szerencsés gazdáját. Végezetül a kis jelmezesek élményekkel telve tértek vissza az osztályaikba és fogyasztották el a jól megérdemelt osztálytortát.



Civil szervezetek

Szerencsésnek mondhatjuk magunkat, mert a kitartó pályázat figyelések és megírások a tavalyi évben eredményesnek bizonyultak és három futó, vissza nem térítendő támogatási előleget is magunkénak tudhatunk. Úgy mind a NEA2023, a HUNG2023 és a Csoóri Sándor Alap.

A Hungarikum Bizottság és az Agrárminisztérium által támogatott HUNG2023 nyertes pályázatunk keretein belül került megtartásra a Sukorói Tagiskolában a „Hangszert a kézbe” interaktív rendezvényünk. A helyi iskola tanulói ismeretterjesztő előadást hallhattak a népi hangszerekről, majd azokat a kezükbe vehették, közelebbről ismerkedhettek velük. Az interaktív óra 2023.11.20-án Bodlik Dávid egyesületi tagunk szervezésével valósult meg. Köszönjük a lehetőséget az iskola vezetőinek és tanáraitoknak! Fergeteges hangulat kerekedett az iskola aulájában, a gyerekek lelkesen működtek közre.

nek, a Sukorói Polgárőr Egyesületnek, Egyesületünk jelen lévő férfi tagjainak és a maroknyi önkéntes lakónak, hogy a szabadidejüket áldozták eme nemes cél érdekében. Idén számítunk a falu többi erőskezű férfitársa is!

Évekkel ezelőtt keltettük újra életre a regölés hagyományát a faluban. Ezt az 50 éve elfeledett helyi népszokást, mely egész Magyarországon kihalt félben van, egyre kevesebb kistelepülésen művelik. István naptól farsangig volt szokás a népi világban regölni, mely fokozatosan vészett ki az országban. Évek óta dolgozunk a szokás fennmaradásán. 2023-ban 5 család meglátogatásán túl igyekeztünk a falu mind szélesebb közösségével is megismertetni ezt a szokást. Az este leszálltával közös éneklésre, táncolásra vártuk a szülőket és kislányokat a Piacra, ahol meg is nézhették a láncos, botos regölő bandát. Szokolay Dongó Balázs Prima Primissima díjas népzeneész kísérte a díszes





OVISULI

Kedves Leendő Elsősök, Kedves Szülők!
Szeretettel várunk Benneteket iskolánkban a következő programjaink:

Szülői értekezlet:
2024. február 28. 16.30 órakor az óvodában

Ismerkedés az iskolával:
2024. március 4. 10.45- 11. 45 óráig, ahol az ovis csoport angol órán vehet részt 1. osztályunkban.

Foglalkozások:
2024. március 11. 15.00-15.45 óráig kézműves foglalkozás
2024. március 25. 15.00- 15.45 óráig játékos, mozgásos foglalkozás

Várunk szeretettel!
Sukoró, Ide járni jó!





Sukorói Hagymányörző Egyesület

8096 Sukoró, Óvoda u. 2/a.
+36 70/778-9265
sukoroihagyomany@gmail.com
facebook.com/hagyomansukoro
Adósz.: 18491500-1-07
Bankszámlaszám:
57800033-10002546

Szeretettel köszöntünk minden kedves Olvasót. Kérjük olvassák el az elmúlt időszakban az Egyesület által végzett tevékenységek rövid beszámolóját.






Az adventi időszakot már régen magunk mögött hagytuk, sőt bízom benne, hogy a téli is, azonban engedjék meg, hogy szót ejtssek a falu karácsonyfájáról. A fenyő, mely vízkeresztig díszíti a Kultúrház előtti teret minden évben felajánlás útján kerül a végső helyére. A díszek, melyek ünnepi pompába öltöztetik a fát közös összefogással és munkával készülnek minden évben újra és újra.. A tagok évközben otthon gyűjtögetik a papír dobozokat, hogy az advent eljöttével azokat közös időöltés keretében celofánba csomagolják. Gondoljunk csak bele egy rövid időre, hogy ez az apró gesztus mekkora összefogást igényel. Köszönet Schieder Istvánnak és Ibolyának a fa felajánlásáért, köszönet a Velencei Önkéntes Tűzoltó Egyesület-

kompanya sereget és az est folyamán egyesületi tagjainkkal közösen adta a talpalávalót.



A zene élmény! Ebben, műfaji megközelítés nélkül talán minden ember egyetért. Ezért is tartottunk fontos küldetésnek azt, hogy a településen a népzene oktatást valahogy, valamikor, valamilyen formában, de elkezdjük. Ehhez a kívánságunkhoz járult hozzá a Csoóri Sándor Alap, melynek köszönhetően hangszer kóstoló keretein belül 2024.06.30-ig ingyenes, de regisztrációhoz kötött népzenei impulzus és készségfejlesztés valósulhat meg a Sukorói Tagiskolában a Sukorói Hagymányörző Egyesület szervezésében. 2024. január 12-én pénteken hangszerválasztó eseményen a gyermekek eldönthették, hogy melyik hangszer áll a szívükhöz közel és hogy az azt követő héttől a napközi ideje alatt merre nyitnak a zene világában. A foglalkozások ingyenesek, csupán egyszeri előzetes regisztrációhoz volt kötött. A félév végén a két hangszer (citera - pástorfurulya) közös csoportos színpadi megszólaltatása a cél. Bakkné Farkas

Beatrix ének-zene és citera tanár, valamint Hegedűs István fúvós oktató tartják a foglalkozásokat. "A célt látni kell, az utat járni kell, az álmokat élni kell!"



Egy faluban egy farsang fér el. Ezzel a szemlélettel álltunk a helyzethez, mikor tudomásunkra jutott, hogy az óvodai szülők is aktívan és lázasan szervezték az eseményt. Felvettük velük a kapcsolatot, így a Sukorói Óvoda Szülői Szervezetével való összefogással jött létre a farsangi mulatság, 02.09-én pénteken a Piacon. Az ovisok biztosították a murit, a zenét, a jókedvet és a nevetést, a Hagymányörző Egyesület pedig a tél elűzéséhez a kiszébbát, amit a meggyújtását követően a résztvevő kicsik és nagyok körbe táncoltak. Bízunk

Civil szervezetek

benne, hogy ez a közös munka kezdete volt és a jövőben is együtt haladunk az elképzelések és célok minél jobb és tökéletesebb megvalósítása felé.

Sukoró Község Önkormányzata felkérést kapott Alsószentiván Községért Egyesülettől a vármegye tojásfájára történő egyedi, Sukoró jelképeivel, színvilágban díszített tojásdísz elkészítésére.

- amennyiben módja és lehetősége van - adója 1%-ával, vagy személyes jelenlétével, munkájával támogassa Hagyományörző Egyesületünket, hogy tovább teremthessünk valódi értékeket. 18491500-1-07

Varga Edit
a Sukorói Hagyományörző
Egyesület elnöke



A SUKORÓI HAGYOMÁNYÖRZŐ EGYESÜLET SZERETTEL MEGHÍVJA ÖNT ÉS KEDVES CSALÁDJÁT, BARÁTJAIT ÉS ISMERŐSEIT A SZÖRÖG KÖVETKEZŐ RENDEZVÉNYÉRE

MÚLTIDÉZŐ BESZÉLGETÉS

MEGHÍVOTT VENDÉGEINK:
DR. NÉMETH DÁNIEL
MÁJER ÁGNES

2024.03.23.

15.00 - 17.00

KULTÚRHÁZ
SUKORÓ, FŐ U. 33-35.

Egyesületünk teljesíthette a felkérést - úgy mint a vármegye karácsonyfadísz esetében. Önzetlenül járultunk hozzá ahhoz, hogy Sukoró is képviseltesse magát a nem csak települési, hanem megyei szinten megvalósult összefogásban. Köszönet Nagy Sándornénak.

2024.03.23-án Múltidéző beszélgetést szervezünk, egy igen érdekes témában. Két éve indult meg a Magyar Nemzeti Helynévtár Program, melynek keretén belül a magyar nyelvterület helyneveinek összegyűjtése a cél. A Magyar Tudományos Akadémia által támogatott és a Debreceni Tudományegyetem által koordinált projektben a Kárpát-medence összes magyar kötődésű településén végeznek élőnyelvi gyűjtést. A helynevek kutatása és feldolgozása a névtudomány interdiszciplinaritása miatt számos más tudományterület (helytörténet, történelem, történeti földrajz, néprajz, nyelvtudomány) számára szolgáltatott felbecsülhetetlen értékű forrást.

Kövessétek figyelemmel a jövőbeli tevékenységeinket és szimpatizálás esetén bátran csatlakozzatok apró, de annál lelkesebb csoportunkhoz!

Kérünk minden tisztelt Sukorói lakost, tevékenységünkkel szimpatizálni, hogy értékeremtő törekvésünk folytonosságának biztosítása érdekében



SUKORÓ SPORTBARÁTOK KÖZHASZNÚ SPORTEGYESÜLET

8096 Sukoró, Berkenye u. 15.
tel: +36-30-4281106
email: sukorosport@freemail.hu
www.sukoro.hu
Adószám: 18502105-1-07
Számmlaszám:
10405066-50505649-53551007

KEDVES SPORTBARÁTOK, SUKORÓIAK!

A hosszú, borús téli hónapok után testünk, lelkünk megújulásra vár. A hidegben nehezebben szánjuk rá magunkat egy kis sétára, gyaloglásra, de megéri időt szakítani rá. Teljes kikapcsolódást, feltöltődést nyújt a heti rendszeres, néhány órás szabad levegőn való tartózkodás. Jó társasággal túrázni, járni a Velencei hegység

erdeit, felfedezni új, számunkra még ismeretlen túraútvonalakat nagyon izgalmas dolog. Jó hangulatunk és főleg egészségünk megőrzése érdekében más mozgásformát is választhatunk. A lényeg a mozgás, a lényeg, hogy mozogjunk! Hiszen közérzetünkre pozitívan hatással bír, ezt érezzük mi is a szerdai túráinkon.

Az elmúlt hónapokban is folytattuk társas összejöveteleinket. December elején ellátogattunk a Szent István Király Múzeumba, ahol a „Munkácsy Szekesfeherváron” kiállítást néztük meg. 11 kiállítóteremben tizenhét alkotást csodálhattuk meg. Pákh Imre magánygyűjteményéből hatvan-négy festményt, nyolc grafikai munkát és más alkotók Munkácsyról készült festményeit láthattuk. A kiállítóterem mellett egy tablókiallítás végig vezetett Munkácsy életútján. Bemutatta pályájának legfontosabb állomásait. Archiv fotókon kalandos életútjába is kaptunk betekintést. Pákh Imre Munkácsy –



gyűjteménye ma a legnagyobb magánkézben levő Munkácsy-kollekció a világon. Három évtized alatt alakította ki a több mint hetven festményből és grafikai anyagból álló anyagot. A nagy érdeklődésre való tekintettel a kiállítást időtartamát többször meghosszabbították. Egyedülálló élmény eredetiben látni a gyönyörű festményeket, aki még



nem látta feltétlenül nézze meg!

Decemberben hosszas kihagyás után megtartottuk évzáró összejövetelünket az iskola aulájában. Számunkra ez mindig egy kedves rendezvény. Örü-



lünk egymás társaságának, jókat beszélgetünk, szórakozunk. Ez a program már ráhangolódás az év végi családi és baráti találkozókra.

December végén óév búcsúztató túrát szerveztünk. Gyönyörű időben sétál-

tunk át Nadapra. Onnan a Nadaphoz és Lovasberényhez tartozó kerítések által le nem zárt, keskeny erdőszávon tudunk visszafelé haladni. Régen nem jártunk arra és így meglepődve tapasztaltuk a lezárásokat. A szép idő az állatokat is előcsalta rejtekhelyükről, egy 10-15 tagból álló öz csorda életét zavartuk meg. Jó hangulatban, kellemesen

elfáradva értünk vissza Sukoróra.

Január végén szintén egy nagyobb túrára indultunk. Itt a Lovasberényi Üdülőszálló és Oktatási Központ elérése volt a cél. Az Angelika forrás

Civil szervezetek



feletti Égett Tábla és Kányás irányából közelítettük meg az üdülőt, amelynek szomszédságában, lent a völgyben két forrás, az Antal és a Lajos forrás található. Ma már víznek nyoma sincs, a régi szép kis épületeknek már csak romjai maradtak (Ördögház). Nehezen lehetett a forrásokra rátalálni, mivel turista út nem vezetett oda. Szerencsére volt egy jó túravezetőnk Nagy György,



akinek kisujjában van az erdő és csukott szemmel is eltalál mindenholva ezen a területen. Jó társaságban, szép környezetben túráztunk.

A pingpongosok nagy öröme a Kultúrház újra szabaddá vált, így már februártól szerda esteként lehet edzéseket tartani. A női torna az iskola alsó termében kapott helyet. Köszönjük az Önkormányzatnak a lehetőségeket!

A hagyományos, kedvelt szabadtéri sportágaink a tavaszi kedvező időjárás beálltával tovább folytatódnak. Sporttársaink már nagyon várják az újratekintést és a bajnokság indulását. (petanque, tenisz). Reméljük, hogy a márciusi jó idő megengedi a petanque pályák mielőbbi karbantartását.



Tervezett tavaszi programjaink: Alcsúti Hóvirágmező - Alcsútdoboz Arborétum „A Jáde császárok kora” című kiállítás -

Szekesfehervár Csók István Képtár Asztalitenisz bajnokság - tavaszi forduló Autóbuszos kirándulás - Katalinpuszta - Gyadai tanösvény- Vác

Egy kis kedvcsináló, ismertető a buszos kiránduláshoz.

A Gyadai tanösvény vadregényes környezetben egy 5 km hosszú kirándulóhely a Duna kanyarban. A kirándulóközpont fekvése és megközelíthetősége miatt kiesik a Dunakanyarba látogató turisták fő célpontjaitól, ezért az érintetlen természeti környezet lehetőségét kínálja a szabadba vágyóknak. A tanösvény a Katalinpuszta kirándulóközponttól indul és a Naszály lankáin halad a Gyadai rétig, majd visszakanyarodik a kiindulópontig. A szép táj mellett különböző élményelemek teszik változatosabbá a tanösvény bejáratát. Találkozhatunk mocsár felett átvezető fapallókkal, letáborozhatunk az Óriások Pihenőjénél, ahol nagyméretű asztalok, padok, szalonnasütők várják a megpihenni vágyókat. A túra vége felé átsétálhatunk az ország leghosszabb, 30 méter hosszú függőhídján. A túraútvonal változatos tájakon megy keresztül. Erdő, tisztás, rét, mocsárvidék váltja egymást. A túra könnyen teljesíthető, családok legkedveltebb kirándulóhelye a Dunakanyarban.

Vác a Dunakanyar központjának ismert település vonzó idegenforgalmi célpont, egyrészt évezredek történelme, másrészt gazdag kulturális élete miatt. Katolikus püspöki székhely, a Váci Egyházmegye központja. Számátalan egyházi műemléke, elegáns barokk főtere, múzeumi, fesztiváljai, hangversenyei miatt méltán nevezik a kultúra városának. A teljes történelmi belváros műemlék jelentőségű terület. A város főbb nevezetességei:

Váci Nagyboldogasszony-Szekesegyház, hazánk egyik legnagyobb katedrális. Püspöki Palota, amely 2022 óta újra látogatható. A diadalív, vagy ahogy a helyiek nevezik a Kőkapu. Magyarország egyetlen diadalíve, ami Mária Terézia tiszteletére épült. A Hét-kápolna műemlékegyüttese, ami 1815 óta búcsújárási hely, melynek Mária napi főbúcsúján ezrek gyűlnek össze Szűz Mária tiszteletére. A Fehérek Temploma, 1994-ben a templom felújításánál találtak rá a torony alatti kriptára, ahol 265 természetes úton mumifikálódott emberi maradvány maradt fenn. Az egész világon egyedülálló ez a felfedezés. A múmiák sorban elhelyezett és egymásra rakott díszes koporsókban fekvettek. A legtöbbször feltűntették a nevet, vagy más információt, így a kutatók ezen adatok alapján be tudták azonosítani a személyek többségét. A



„híres váci múmiák” anyaga a Természettudományi Múzeumba került, de egy része a templom melletti Tragor Ignác Múzeumban látogatható.

Közösségi életünket tovább folytatjuk. A fenti programokra várunk mindenkit, aki szeret mozogni, kirándulni!

Kedves Sportbarát!
Amennyiben egyetért eddigi munkánkkal kérjük, hogy további célkitűzéseinket támogassa adója 1%-val Sukoró Sportbarátok Közhasznú Sportegyesület
Adószám:18502105-1-07

MOZOGJ VELÜNK!

Halász Kriszta
elnök

SUKORÓI POLGÁRŐR EGYESÜLET

Számlaszám:
10400889-08803728-00000000
Adószám: 18494792-1-07
Cím: Sukoró, Óvoda u. 2/a

A tavalyi év végen lezajlott tisztújító ülésünk után idén már a megfiatalodott vezetőséggel vágtunk neki a 2024-es évnek. A korábbi vezetők Schieder István elnök Varga László alelnök valamint Nagy György titkár hosszú évek kemény munkája után mondták le a fiatalok javára.

Itt ezúton is köszönjük kitartó munkájukat, valamint hogy kijelölték az utat az új vezetőség számára is mégpedig, hogy tovább kell mennünk és folytatni a munkát és a lehető legtöbbet megtenni falunk polgáraiért és a közösségért. A következő pár sorban megismerhetik az új vezetőség tagjait valamint betekintést nyerhetnek 2024-es terveinkről. Az elnöki posztot Márzluft Péter meg az alelnöki Szalai Péter vette át. Az egyesület új titkára pedig Sente Ferenc lett.



Tisztelt Sukoróiak!

Engedjék meg, hogy a következő pár sorban bemutatkozzak Önöknek. Márzluft Péter vagyok 33 éves 23 éve Sukorói lakos.

Feleséggel és kisfiammal élünk itt és számomra fontos a közösségi szerepvállalás és hiszem, hogy mindenki valahogy tud tenni a közösségért, amiben él. Nagyon szeretünk itt élni és fontos, hogy családom a lehető legbiztonságosabb környezetben élhessen. Véleményem szerint egy közösség alapvető szükséglete a közbiztonság és azt gondolom számomra ez egy testhezillő feladat, amiben szívesen segítsek.

Szalai Péter vagyok. Nagyszüleim Velencén laktak innen a környék szeretete. Megfogadtam, hogy családalapítás előtt a velencei tó környékére fogok költözni. És így is lett! Hamarosan érkezik első gyermekünk. Számomra az ő biztonsága a legfontosabb.

Az idei évben is szükségünk lesz a falubeliek támogatására ahhoz, hogy hatékonyan tudjuk végezni munkánkat illetve, hogy teljesítsük azon célokat, amelyeket kitűztünk magunk elé.

2024-ben is szeretnénk, ha heti 4-5 alkalommal szolgálatot tudjunk adni napszaktól függetlenül. A falu rendezvényeinek biztosítása, kitelepülések aktív részvétel a falu mindennapjaiban. Szeretnénk eszköztárunkat fejleszteni valamint optimalizálni azt. Fenntartani a kapcsolatot a falu lakóival és gyorsítani az információáramlást ehhez szolgálati telefonot beszerezni, ami hívás esetén a járőr kocsiiban valamint a vezetőség tagjainál is egyszerre csörög. Tervben van továbbá egy polgárőr nap szervezése is ahol vendégül látanánk a tó környéki polgárőrségeket, hogy kapcsolatokat építsünk és gördülékenyebbé tegyük a közös munkát.

Ezért minden apró támogatás Adó 1% kisebb adományok személyes segítség vagy mosoly, biztató szó is sokat jelent számunkra.

A SUKORÓI BRIDZS KLUB

A sukorói bridzs klub február 1-től ismét a régi helyén – a kultúrházban – várja tagjait, vendégeit és látogatóit csütörtök esténként. A klub bő másfél évtizede működik, két bridzsezni tudó barátó, Torbágyi Ági és a néhai Somogyvári Mari ötlete és aktív közreműködése eredményképp született. Eleinte Velencén, de most már jó ideje Sukorón működik, hiszen a tagok jelentős része is sukorói vagy sukorói kötődésű valamilyen formában.

A bridzs remek szórakozás minden korosztály számára, bár nem meglepő módon a klubokba sok nyugdíjas korú jár, mert a bridzs segít megőrizni a testi-szellemi frissességet, és kiváló

Ahhoz képest, hogy Sukoró milyen kicsi falu, a klub meglepően nagy: télen is általában legalább 20-an vagyunk, nyáron pedig még többen, mert a tagság egy része csak nyaral itt. Az igazsághoz persze az is hozzátartozik, hogy sokan járnak ide Székesfehérvárról és egyre többen Budaörsről is (sőt, van, aki Kulcsról jár), de ez is jól illusztrálja a klubunk vonzerejét, azt, hogy ez egy vidám baráti társaság, ahol jól érzi magát a fiatal és az idős, a komoly versenyző és a játékot nemrég megtanuló is. Ez a változatosság életkorban és játéktudásban nem zavar senkit, mert ennél fontosabb, hogy senkinek se vegyük el a kedvét a játéktól.

A klub amúgy országjárta ismert és méltán népszerű bridzses körökben, elismert tagja a mintegy félszáz magyar



közösségépítő is egyúttal. Mivel már a viszonylag kezdők is élvezik a játékot, soha nincs későn elkezdni megtanulni. Lehet „csak úgy” is játszogatni otthon, mint az Agatha Christie regényekben, de világbajnokságot is rendeznek belőle, amely legalább annyira komoly és tényleges tudásalapú, mint a sakk. Mi itt a klubban olyan versenyformában játszunk, amely egyfelől tényleg verseny, azaz mindenki egyforma eséllyel indul, másfelől azonban, főleg a heterogén mezőny miatt néha mégis van némi szerepe a szerencsének, ezért nem is vesszük olyan komolyan.



Ahhoz képest, hogy Sukoró milyen kicsi falu, a klub meglepően nagy: télen is általában legalább 20-an vagyunk, nyáron pedig még többen, mert a tagság egy része csak nyaral itt. Az igazsághoz persze az is hozzátartozik, hogy sokan járnak ide Székesfehérvárról és egyre többen Budaörsről is (sőt, van, aki Kulcsról jár), de ez is jól illusztrálja a klubunk vonzerejét, azt, hogy ez egy vidám baráti társaság, ahol jól érzi magát a fiatal és az idős, a komoly versenyző és a játékot nemrég megtanuló is. Ez a változatosság életkorban és játéktudásban nem zavar senkit, mert ennél fontosabb, hogy senkinek se vegyük el a kedvét a játéktól.

A klub amúgy országjárta ismert és méltán népszerű bridzses körökben, elismert tagja a mintegy félszáz magyar

bridzs klubnak – amelyből alig több mint 20 vidéki csak. Alig van olyan országos nyílt amatőr verseny, ahol egy vagy több sukorói pár ne érne el jó, legtöbbször dobogós helyezést, és néha még a profik között is megálljuk a helyünket.

Időnként tartunk, tartottunk nagyobb versenyeket is: több alkalommal is volt vendég bridzsklubokkal közös barátságos verseny, illetőleg pár éve elhunyt alapítónk emlékére már két alkalommal volt Somogyvári Mari emléktorna. Ezeket a Covid és kultúrház rendelkezésre nem állása az elmúlt években



korlátozta, de talán idén újra tudjuk indítani őket.

Szívesen látunk minden érdeklődőt, bridzsezni bármilyen szinten tudót, vagy ha elég nagy az érdeklődés, tanfolyamot is megpróbálunk szervezni kezdők számára.

A klubnak honlapja nincs, de van egy hasonlóknak, mondjuk olyan, mint egy üzenőfal: <https://padlet.com/fehervaribridzsklub/Sukoro>

Itt megtalálhatók az elérhetőségeink, az eredmények, és itt kell jelentkezni a játékokra is. A klubot egyébként egy háromtagú „bizottság” vezeti: Halas Csilla, Kenedi Zsuzsa és Kenedi Péter, de a játékvezető már hosszú évek óta továbbra is Mátyási Csaba. Telefonon Kenedi Péternél lehet érdeklődni: 30-948-2343.

Kenedi Péter

SUKORÓI LEGENDÁK 7.

A legendák bennünk élnek - mondta valamikor egy nagy ember, egy másik pedig azt, hogy "velünk élnek". Valószínű mindkettő igaz, hiszen a legendák világában szinte minden igaz. Ez a szinte szócska teszi hagyományá, értékessé, izgalmassá múltunkat: ez teszi legendává történelmünket, és ez teszi legendává mindennapi életünket.

Sukoró népe szereti a legendákat, nem csak szereti, de meg is őrzi a szebbnél szebb történeteket. Olvassuk szeretettel, és a szavak mögött halljuk nagyapáink, nagymamáink, őseink hangját az Örök Legendáról.

Nagymamám megigazította a paraszat, majd fűt tett a tűzhelybe, aztán mesélni kezdett. Könyv nélkül, halkán, megfon-

toltan, csillogó szemekkel:

Jól figyeljétek, jól hallgassatok. Hosszú utat fogunk bejárni, és az út nem lesz könnyű. De ha végigjárjátok elejétől végig, olyan boldogságot fogtok átélni, ami csak kevés embernek adatott meg. .

Nagymamám elhallgatott. Mintha halkán, ünnepélyesen megállt volna az idő. Nagymamám megigazította szürkés-fekete kendőjét, aztán folytatta a hit és szenvedély meséjét:

Tizenhárom stáción (állomáson) kell végigmennetek, és minden állomáson teljesítenetek kell egy-egy feladatot. Nem újdonság egyik sem, hiszen többszáz éven át járták végig már ezt az utat.

Az I. állomáson a falu vezetői ítéletet hirdettek, amellyel átadták a Ifjú feletti rendelkezés jogát. A korábbi évtizedek hagyománya szerint a falu legszebb fiatal emberének kell eljátszani három napon át a Kálvária történetét.

Mintha krimit mesélt volna nagymamám, egy pissenés sem hallatszott. Nagymamám mosolyogva nézett a tűzbe, mintha onnan olvasta volna Jézus utolsó történetét:

A II. állomáson a nép közfelkiáltással követelte az Ifjú halálát, annak is legfájdalmasabbját a keresztalálát.

Öreganyám térdére tette könyökét, tenyerét pedig az álla alá. Úgy hallgatott, mint aki ott lett volna a Koponyák Hegyén, személyesen azon az esős délután.

Sokan voltak, akik leborultak és hódoltak neki, majd elővették kincseiket s ajándékot akartak adni a katonának a Három Királyoktól megőrzött aranyért, tömjénért és mirháért. A katonák hajlottak volna a cserére, ám feljebbvalóik kegyetlenül megtoroltak minden adás-vételt.

A III., VII., és IX. stációban a Ifjú nem bírta már tovább: összerogyott a kereszt sulya alatt. Nem hiába hívták az utat Via Dolorosának.

A IV. stációban az Ifjú találkozik anyjával. Léközlebb ez a tizenharmadik stációban történik meg. Mindketten

tudják, ismerik a találkozás végét, hiszen évszázadok óta játsszák már ennek az utolsó útnak a történetét.

Az V. stációban - látva és átérve a Ifjú fájdalmát - Cirenei Simon veszi vállára a kereszt súlyát.

A VI. stációban Veronika kendőt nyújt az Ifjúnak a keresztúton és kendőjével letörölte Jézus vérző-verítkező arcát letörölte. Csodálatosképpen Krisztus arcképe rajtamaradt a vásznon.

A VIII. stációban az Ifjú így szól a síró asszonyokhoz: "Jeruzsálem leányai ne miatam sírjartok hanem sírjátok magatok és gyermekeitek felett."

A X., XI. stációban az Ifjút levetkőztetik, keresztre feszítik

XII. stációban Jézus meghal

A XIII. stációban az Ifjú testét leveszik a keresztről és az anyja ölébe fektetik

A XIV. stációban Jézust sziklasírba temetik

HARMADNAPRA FELTÁMADT

Az utolsó mondatát nagymamám már halkán, suttogva mondta. Majd tisztán és határozottan folytatta: A Keresztúti Játékokat a falu lakói több évszázadon keresztül játszották mindenki nagy öröme. Mindaddig amíg a batalom meg nem akadályozta azt. Iparkodjatok, hogy a Játékok újra élővé, újra valóvá váljanak.

Lejegyezte:
Venczel Sándor
sukorói lakos

Felhasznált források:

https://bokoportal.hu/lelekvare_elmelkedesek_2017/8-stacio_GA.pdf
<https://hu.wikipedia.org/wiki/Kereszt%3C%BA%t>
<https://lexikon.katolikus.hu/V/Veronika%20kend%C5%91je.html>
<https://www.gyujto.com/hu/2017/02/5-allomas-cirenei-simon-segit-vinni-keresztet/>
<https://izraelben.com/2014/09/04/via-dolorosa/>

Kedves Olvasóink! Hamarosan új könyvek érkeznek a könyvtárba.

Gyermekeknek:



Liane Schneider: Bori cicát kap

Bori nagyon szereti a cicákat. Egy napon épp cicát rajzolt odahaza, amikor az utcán csikorogva fékezett egy autó. Apa érkezett meg, aki a fékezés után megismerkedett egy aranyos kiscicával. Bori ekkor még nem is sejtette, hogy ez a szürke-fehér csíkos macskakölyök hamarosan a legjobb barátja lesz...



Aurélie Chine: Megbocsátok és bocsánatot kérek

Jozefin sok borsot tört ma Gaston orra alá. Gaston egyre idegesebb a kislány szeleburdiságától. Aztán egyszer csak fordul a kocka... Gaston megtanulja, hogy sokszor akaratlanul bántanak meg minket. Az őszinte bocsánatkérés ilyenkor mindig segít. De meg kell tanulni megbocsátani is!



Bartos Erika: Piros könyv és Kék könyv (Gyógypuszi)

Ebben a könyvben Bartos Erika, a Bogó és Babóca sorozat szerzője az óvodás korosztályban előforduló leggyakoribb gyerekbetegségeket veszi sorra. A történetek mesébe szöve ismertetik meg a legkisebeket a szervezetünkben lezajló folyamatokkal, a gyógyulás és megelőzés fortélyával. Az első, KÉK KÖNYVBEN szó esik a nátháról, a horzsolásokról és sebekről, az allergiáról, a fogorvostól, a szemgyulladásról, a gyomorrontásról, a napégésről, a kéztörésről, a kullancsokról, míg a második, PIROS KÖNYV bemutatja a torokgyulladást, a fülgyulladást, az oltásokat, az áramütés veszélyeit, a skarlátot, a tüdőgyulladást, a fejtetű elleni védekezést és a mandulamütét. A rövid mesék nagy szeretettel, játékosan igyekeznek biztatást nyújtani a gyerekeknek.



Dániel András: Kiránduló kufflik

Biztosan sokan vannak köztetek, akik már régóta szeretnének egy jó kirándulni a kufflik



Dániel András: Kiránduló kufflik

Biztosan sokan vannak köztetek, akik már régóta szeretnének egy jó kirándulni a kufflik

társaságában. Nos, ebből a könyvből végre mindenki számára kiderül, hogy érdemes-e ilyesmire álmodoznia. Annyit elárulhatunk, hogy egy nagy hátizsák meg egy jókora adag türelem mindenképpen kell hozzá! Rendkívül kellemetlen, ha valaki éppen akkor veszíti el a sálját, amikor hideg van odakint. Ződönnel bizony ez történik, még szerencse, hogy a barátai Hildával az élen a segítségére sietnek! Újra itt vannak a kufflik, hogy megmutassák, az elhagyott réten sosem áll meg az élet!



Christian Tielmann: Berci és a tűzoltók

Né-nó, né-nó! Rozi és Berci tűzoltókat játszanak. De azután komolyra fordul a helyzet: amikor egy kiscica túl magasra mászik a fán, majd egy szemetes is kigyullad, ki kell jönniük az igazi tűzoltóknak. A két barát sokat tanul a tűzoltóktól minden napjairól, és arról, hogyan viselkedjünk az olyan helyzetekben, amikor minden másodperc számít.



Érek-Obádovics Mercédesz: Bakancslista - családoknak

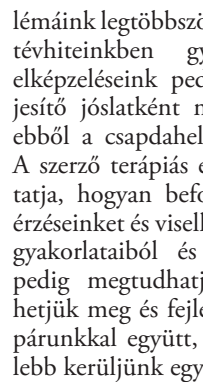
Nincs nemesebb feladat az életben, mint a családalapítás és a gyermeknevelés. Gyermekeink jelentik a jövőt, ők viszik tovább azt a tudást és azokat az értékeket, melyeket mi átadunk nekik. Ők őrzik meg hagyományainkat. Azt az értékrendet, gondolkodásmódot, érzelmi világot örökítik tovább, amit tőlünk, szülőktől, nagyszülőktől tapasztalnak. Sőt még a gesztusainkat és reflexszerű reakcióinkat is el fogják tanulni tükröneuronaik segítségével. Az együtt töltött idő, a közös élmények, beszélgetések, játékok mind-mind alapkövei lesznek a látásmódjuknak, a világhoz való hozzáállásuknak, személyiségfejlődésüknek, lelki és mentális egészségüknek. Minél több minőségi időt szentelünk a gyermekeinknek, annál szorosabb kötelék fonódik köztünk, annál szélesebb és színesebb világlépet alakíthatunk ki bennük. A közös élmények, kalandok egy életen át összekötnék bennünket, megerősítik a hovatartozásérzésüket. A gyermekek számára biztonságot ad a szülővel/nagyszülővel megélt minden pillanat, és megalapozza bizalmukat irányunkba. Akár a gyermekünkkel/unokánkkal való kapcsolat megerősítésére, akár a mindennapok színesebbé tételére is használható ez a könyv. Szakíratok időt rendszeresen ezekre a közös programokra. Pipáljátok ki,

amelyiket már megvalósítottatok. A közös élményekre egy életen át hálával fogtok emlékezni. Tapasztaljátok meg, micsoda áldás, hogy pont ti, pont egy időben lehettek itt ezen a gyönyörűséges Földön. Engedjétek meg magatoknak, hogy az élet adta lehetőségeket a legnagyobb jókedvvel élvezétek. A közös programok alkalmával tegyetek félre és kapcsoljátok ki mindent, ami megzavarhat benneteket. Legyetek önzőek, ez csak a ti közös időtök. Nem véletlen, hogy ti ugyanabba a családba csöppentetek. Ti mindig számíthatok egymásra. Ti mindig ott lesztek egymásnak. Olyan sok mindennel tölti az ember az idejét, aminek semmi értelme. Szenteljétek az időtöket és a figyelmeteket egymásnak, adjátok a szereteteket egymásnak. Az élet rövid, ne szalassátok el a lehetőséget, hogy támaszkodhattok egymásra. Fogjátok meg egymás kezét, és éljétek át közösen a világ csodáit! Hódítsátok meg együtt a világot! Ezeket az emlékeket soha senki nem veheti el tőletek. A kötetben bőven található olyan programok, melyeken a gyerek/gyerekek és a szülő/nagyszülő, egyéb rokonok, barátok együtt is részt vehetnek, de vannak intímabb, páros ajánlatok is. Így sokféle család sokféle ötletet meríthet belőle, hogy a családépítés minden pillanatát értékesen, a szeretet és az egymásra figyelés jegyében valósítsa meg.



Stipkovits Erika: Közelebb egymáshoz

Miért nem hív fel? Miért húzom fel magam apróságokon? Miért történik velem mindig ugyanaz? Párkapcsolati problémáink legtöbbször tudattalanul viruló tévhiteinkben gyökereznek, hamis elképzeléseink pedig sokszor önbeteljesítő jóslatként működnek. De még ebből a csapdahelyzetből is van kiút. A szerző terápiás esetei alapján bemutatja, hogyan befolyásolják tévhiteink érzéseinket és viselkedésünket. Hasznos gyakorlatokból és érdekes tesztekkel pedig megtudhatjuk, hogyan ismerhetjük meg és fejleszthetjük magunkat párunkkal együtt, hogy valóban közelebb kerüljünk egymáshoz.



Julia Child: A francia konyha művészete

Julia Child világszerte forradalmasította a főzéshez való viszonyunkat. Elragadó egyéni stílusával és humorával a kevésbé gyakorlottakat is meggyőzte arról, hogy akár a legbonyolultabb fogásokat is

képesek lesznek önállóan elkészíteni. Az első televíziós sztárszakács a világ-hírű párizsi Le Cordon Bleu akadémián tanult, majd Simone Beckkel és Louisette Bertholle-lal együtt nyitotta meg saját főzőiskoláját és írta meg első könyvét.

A francia konyha művészete azonnal bestsellerré vált, és azóta is a gasztronómiai irodalom legendás és örökös darabja, a francia kulinária klasszikus útmutatója több mint 500 recepttel, 100 ábrával és az alaptéchnikák megismertetésével. A kezdők és a tapasztalt szakácsok nélkülözhetetlen alapműve mindenkihez szól, aki szereti a jó ételeket, és otthon is szeretné elkészíteni a klasszikus francia konyha remekeit az egyszerű omlettől az ikonikus burgundi marharaguig. Bon appetit!



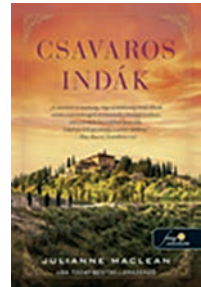
Baráth Viktória: Ártatlanok Szerelem, kötelesség, hűség

Thomas Parker különleges ügynök nehéz időszakban van túl. A sok csalódás és veszteség után a munkájába temetkezik. A karrierje felfelé ível, magánéletét azonban elhanyagolja. Megbízják egy Los Angeles-i bünszervezet fejének elfogásáért. Az ügy azonban bonyolultabb, mint hinné: a férfi üzletfelei sorra öngyilkosok lesznek, mielőtt még Parker elkaphatná őket. Ám nem csak ez zökkenti ki a nyomozásból. Amikor megismerkedik Norah-val, a fiatal tanárnővel, úgy érzi, új esélyt kapott a boldogságra. Látszólag ő a tökéletes nő a számára, de idővel egyre több furcsaság történik körülötte. Parker ezt nem hajlandó tudomásul venni, de amikor rájön, hogy a lány rejteget előle valamit, már tudja, hogy nem menekülhet a saját sorsa elől... Baráth Viktória regénye egy izgalmas és vérpezsdítő romantikus krimi. Vajon ebben a történetben a szenvedély felülírja a józan ész szabályait?

„Várázslatos történet, amelyet olvasva

családi titkokat rejt, egy új szerelem lehetőségét, és talán élete legnagyobb kihívását... Valentina Baker mindössze tizenegy éves volt, amikor édesanyja, Eloise váratlanul elszökött szülőházájába, Angliába, otthagya a lányt és az apját Kaliforniában. Most harmincas éveiben járó könyvtárosként, háta mögött egy kudarcba fulladt házassággal Val még mindig képtelen arra, hogy megbékéljen anyja tettével. Egy nap azonban a sors keserűes fordulata folytán arról értesül, hogy Eloise meghalt, és ráhagyta a Primrose Hill-i lakását meg a mesés könyvesboltját, amit közel két évtizeddel korábban nyitott. Val megragadja az újraéledés lehetőségét, és átrepül az Atlanti-óceánon, abban a reményben, hogy megtudja, ki is volt az édesanyja valójában. Ahogy rakosgatja Eloise életének mozaikdarabkáit, beleszeret a pasztellszínű, harmadik emeleti lakásba meg a hangulatos, kincsekkel teli könyvesboltba, és ráébred, hogy a múlt sokkal bonyolultabb titkokat rejt, mint azt valaha is képzelte... A Primrose Hill-i könyvesbolt a veszteség és a gyógyulás regénye, amely érzékeny igazságokat tár fel a szerelemről, a családról és a megbocsátásról. „Varázslatos történet, amelyet olvasva

családi titkokat rejt, egy új szerelem lehetőségét, és talán élete legnagyobb kihívását... Valentina Baker mindössze tizenegy éves volt, amikor édesanyja, Eloise váratlanul elszökött szülőházájába, Angliába, otthagya a lányt és az apját Kaliforniában. Most harmincas éveiben járó könyvtárosként, háta mögött egy kudarcba fulladt házassággal Val még mindig képtelen arra, hogy megbékéljen anyja tettével. Egy nap azonban a sors keserűes fordulata folytán arról értesül, hogy Eloise meghalt, és ráhagyta a Primrose Hill-i lakását meg a mesés könyvesboltját, amit közel két évtizeddel korábban nyitott. Val megragadja az újraéledés lehetőségét, és átrepül az Atlanti-óceánon, abban a reményben, hogy megtudja, ki is volt az édesanyja valójában. Ahogy rakosgatja Eloise életének mozaikdarabkáit, beleszeret a pasztellszínű, harmadik emeleti lakásba meg a hangulatos, kincsekkel teli könyvesboltba, és ráébred, hogy a múlt sokkal bonyolultabb titkokat rejt, mint azt valaha is képzelte... A Primrose Hill-i könyvesbolt a veszteség és a gyógyulás regénye, amely érzékeny igazságokat tár fel a szerelemről, a családról és a megbocsátásról. „Varázslatos történet, amelyet olvasva



Julianne MacLean: Csaváros indák

A lány egy életre elég titkot örökölt. Ha valamit tud Fiona, az az, hogyan kell titkot tartani, akár az apja előtt is, aki felnevelte. Fiona az egyetlen, aki tudja, hogy néhai édesanyjának harminc évvel korábban viszonya volt valakivel Toszknában, és nem is szándékozik elárulni ezt a titkot senkinek. Ám egy nap felhívja egy ügyvéd azzal az eget rengető hírrrel,

hogy meghalt a vér szerinti apja, aki egy egész vagyont hagyott rá és a két féltestvérére, akikről azt sem tudta, hogy a világon vannak.

Fiona elutazik Olaszországba, ahol a család elképedve értesül a létezéséről, és kétségbeesetten igyekeznek megfosztani az örökségtől. Miközben az édesanyja egykori viszonyának a titkai lassan napvilágra kerülnek, Fionának meg kell találnia a helyét a szövevényes családi kapcsolatokban a féltstvéreivel vívott csatározások közepette. Fiona félelemmel vegyes izgalommal veti bele magát az új életébe, miközben feltárja annak a sorsfordító nyárnak a történetét, amit az édesanyja Olaszországban töltött, és megtudja az igazat sosem látott apjáról. Csordultig tele Toszкана ínycsiklandó ízeivel és a hely iránt érzett odaadással, a Csaváros indák lélegzetelállító utazásra viszi az olvasót, miközben körüljárja a szerelem, a családi titkok, az önfeláldozás és a bátorság témáját, és ami a legfontosabb, hogy mit is jelent az a szó, hogy „család”.

Mélyedj el! Kapcsolj ki! Légy jelen!



Sarah Jio: A A Primrose Hill-i könyvesbolt

Egy fiatal nő megörökli édesanyja könyvesboltját a londoni Primrose Hillen, és ezzel egy új történet lapjain találja magát, amely régóta őrzött családi titkokat rejt, egy új szerelem lehetőségét, és talán élete legnagyobb kihívását... Valentina Baker mindössze tizenegy éves volt, amikor édesanyja, Eloise váratlanul elszökött szülőházájába, Angliába, otthagya a lányt és az apját Kaliforniában. Most harmincas éveiben járó könyvtárosként, háta mögött egy kudarcba fulladt házassággal Val még mindig képtelen arra, hogy megbékéljen anyja tettével. Egy nap azonban a sors keserűes fordulata folytán arról értesül, hogy Eloise meghalt, és ráhagyta a Primrose Hill-i lakását meg a mesés könyvesboltját, amit közel két évtizeddel korábban nyitott. Val megragadja az újraéledés lehetőségét, és átrepül az Atlanti-óceánon, abban a reményben, hogy megtudja, ki is volt az édesanyja valójában. Ahogy rakosgatja Eloise életének mozaikdarabkáit, beleszeret a pasztellszínű, harmadik emeleti lakásba meg a hangulatos, kincsekkel teli könyvesboltba, és ráébred, hogy a múlt sokkal bonyolultabb titkokat rejt, mint azt valaha is képzelte... A Primrose Hill-i könyvesbolt a veszteség és a gyógyulás regénye, amely érzékeny igazságokat tár fel a szerelemről, a családról és a megbocsátásról. „Varázslatos történet, amelyet olvasva

családi titkokat rejt, egy új szerelem lehetőségét, és talán élete legnagyobb kihívását... Valentina Baker mindössze tizenegy éves volt, amikor édesanyja, Eloise váratlanul elszökött szülőházájába, Angliába, otthagya a lányt és az apját Kaliforniában. Most harmincas éveiben járó könyvtárosként, háta mögött egy kudarcba fulladt házassággal Val még mindig képtelen arra, hogy megbékéljen anyja tettével. Egy nap azonban a sors keserűes fordulata folytán arról értesül, hogy Eloise meghalt, és ráhagyta a Primrose Hill-i lakását meg a mesés könyvesboltját, amit közel két évtizeddel korábban nyitott. Val megragadja az újraéledés lehetőségét, és átrepül az Atlanti-óceánon, abban a reményben, hogy megtudja, ki is volt az édesanyja valójában. Ahogy rakosgatja Eloise életének mozaikdarabkáit, beleszeret a pasztellszínű, harmadik emeleti lakásba meg a hangulatos, kincsekkel teli könyvesboltba, és ráébred, hogy a múlt sokkal bonyolultabb titkokat rejt, mint azt valaha is képzelte... A Primrose Hill-i könyvesbolt a veszteség és a gyógyulás regénye, amely érzékeny igazságokat tár fel a szerelemről, a családról és a megbocsátásról. „Varázslatos történet, amelyet olvasva

családi titkokat rejt, egy új szerelem lehetőségét, és talán élete legnagyobb kihívását... Valentina Baker mindössze tizenegy éves volt, amikor édesanyja, Eloise váratlanul elszökött szülőházájába, Angliába, otthagya a lányt és az apját Kaliforniában. Most harmincas éveiben járó könyvtárosként, háta mögött egy kudarcba fulladt házassággal Val még mindig képtelen arra, hogy megbékéljen anyja tettével. Egy nap azonban a sors keserűes fordulata folytán arról értesül, hogy Eloise meghalt, és ráhagyta a Primrose Hill-i lakását meg a mesés könyvesboltját, amit közel két évtizeddel korábban nyitott. Val megragadja az újraéledés lehetőségét, és átrepül az Atlanti-óceánon, abban a reményben, hogy megtudja, ki is volt az édesanyja valójában. Ahogy rakosgatja Eloise életének mozaikdarabkáit, beleszeret a pasztellszínű, harmadik emeleti lakásba meg a hangulatos, kincsekkel teli könyvesboltba, és ráébred, hogy a múlt sokkal bonyolultabb titkokat rejt, mint azt valaha is képzelte... A Primrose Hill-i könyvesbolt a veszteség és a gyógyulás regénye, amely érzékeny igazságokat tár fel a szerelemről, a családról és a megbocsátásról. „Varázslatos történet, amelyet olvasva

családi titkokat rejt, egy új szerelem lehetőségét, és talán élete legnagyobb kihívását... Valentina Baker mindössze tizenegy éves volt, amikor édesanyja, Eloise váratlanul elszökött szülőházájába, Angliába, otthagya a lányt és az apját Kaliforniában. Most harmincas éveiben járó könyvtárosként, háta mögött egy kudarcba fulladt házassággal Val még mindig képtelen arra, hogy megbékéljen anyja tettével. Egy nap azonban a sors keserűes fordulata folytán arról értesül, hogy Eloise meghalt, és ráhagyta a Primrose Hill-i lakását meg a mesés könyvesboltját, amit közel két évtizeddel korábban nyitott. Val megragadja az újraéledés lehetőségét, és átrepül az Atlanti-óceánon, abban a reményben, hogy megtudja, ki is volt az édesanyja valójában. Ahogy rakosgatja Eloise életének mozaikdarabkáit, beleszeret a pasztellszínű, harmadik emeleti lakásba meg a hangulatos, kincsekkel teli könyvesboltba, és ráébred, hogy a múlt sokkal bonyolultabb titkokat rejt, mint azt valaha is képzelte... A Primrose Hill-i könyvesbolt a veszteség és a gyógyulás regénye, amely érzékeny igazságokat tár fel a szerelemről, a családról és a megbocsátásról. „Varázslatos történet, amelyet olvasva

családi titkokat rejt, egy új szerelem lehetőségét, és talán élete legnagyobb kihívását... Valentina Baker mindössze tizenegy éves volt, amikor édesanyja, Eloise váratlanul elszökött szülőházájába, Angliába, otthagya a lányt és az apját Kaliforniában. Most harmincas éveiben járó könyvtárosként, háta mögött egy kudarcba fulladt házassággal Val még mindig képtelen arra, hogy megbékéljen anyja tettével. Egy nap azonban a sors keserűes fordulata folytán arról értesül, hogy Eloise meghalt, és ráhagyta a Primrose Hill-i lakását meg a mesés könyvesboltját, amit közel két évtizeddel korábban nyitott. Val megragadja az újraéledés lehetőségét, és átrepül az Atlanti-óceánon, abban a reményben, hogy megtudja, ki is volt az édesanyja valójában. Ahogy rakosgatja Eloise életének mozaikdarabkáit, beleszeret a pasztellszínű, harmadik emeleti lakásba meg a hangulatos, kincsekkel teli könyvesboltba, és ráébred, hogy a múlt sokkal bonyolultabb titkokat rejt, mint azt valaha is képzelte... A Primrose Hill-i könyvesbolt a veszteség és a gyógyulás regénye, amely érzékeny igazságokat tár fel a szerelemről, a családról és a megbocsátásról. „Varázslatos történet, amelyet olvasva

sokan ábrándoznak majd az igaz szerelemről és egy saját könyvesboltról.” Kirkus Reviews

Mélissa Da Costa: Manon virágai

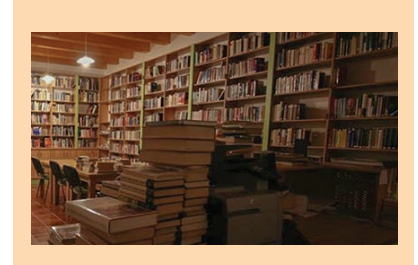


Kárpótolhat-e az élet a szeretteink elvesztéséért? Nyílnak-e még új utak előttünk, ha úgy érezzük, nincs tovább?

Két óra! Amande egész addigi élete mindössze két óra leforgása alatt romba dől. Vidékre menekül, egy magányos auvergnei házba, hogy háborítatlanul gyászolhassa a férjét és a kislányát. Bezárkózik, senkit és semmit nem enged magához, ám ahogy telik az idő, előbb egy pillangó, majd egy girhes szürke macska jut be a házba, és végül rábukkan az előző tulajdonos falinaptáira, és az azokon szereplő feljegyzések, tanácsok segítségére nekilát, hogy életre keltsen az elgázosodott kert és veteményest. Az évszakok váltakozásával egyre több erőt merít a földdel, a természettel való közvetlen kapcsolatból, fokozatosan válik egyre nyitottabbá az új élményekre, az új találkozásokra. Minden egyes nap egy újabb lépés a jövő, a teljesebb és boldogabb élet felé.

Mélissa Da Costa arra biztatja az olvasóját ebben a bátor és érzelemgazdag könyvben, hogy tárja szélesre az elméjét, a szívét és a lelkét a világ előtt, és hagyja szétáradni magában ennek a természethez szóló himnusznak a csodálatos dallamát, amely a legnehezebb pillanatokban is vigaszt nyújthat és képes megbékíteni az étellel.

Mélissa Da Costa arra biztatja az olvasóját ebben a bátor és érzelemgazdag könyvben, hogy tárja szélesre az elméjét, a szívét és a lelkét a világ előtt, és hagyja szétáradni magában ennek a természethez szóló himnusznak a csodálatos dallamát, amely a legnehezebb pillanatokban is vigaszt nyújthat és képes megbékíteni az étellel.



SUKORÓI KÖNYVTÁR

NYITVATARTÁS:

Hétfő: 15:00-17:00
Kedd: 10:00-12:00
Szerda: 15:00-17:00
Csütörtök: 10:00-12:00
Péntek: Szünnap
Szombat: 9:00-11:00

Telefonszám (nyitvatartási időben): +36-30/181-3635
E-mail: sukorokonyvtar@gmail.com

Szeretettel osztjuk meg egyházközségünk néhány élményét az elmúlt időszakból, valamint a következő időszakot érintő terveinket.

Tanév elején szentmise után az iskolatársakat, ovis zsákokat az atya megáldotta kérve a Szentlélek lendületét az új tanévre.

Az adventi gyertyákat minden mise elején egy-egy család gyújtotta meg, készítettünk közösen adventi koszorút, sütöttünk mézes kalácsot. A gyerekek és zenészeink Karácsonykor gyönyörű pástorjátékkal ajándékozták meg a közösséget, melyre nagy örömünkre számos vendég is ellátogatott hozzánk. A télen csendes Templom előtt (a szentmiseket a téli időszakban a plébániépületben tartjuk) felállítottunk egy "Mindenki Karácsonyfáját" amelyre bárki tehetett díszet.

Két rajzpályázatot is hirdettünk a gyermekeknek: a templombúcsúhoz kapcsolódóan "A mi templomunk", Karácsonykor "Az én Karácsonyom" címmel, a szép alkotások megtekinthető a hirdetőtáblánkon.

A háborúk befejeződéséért, a világ-békéért, a keresztények üldözésének megszűnéséért minden hónap utolsó hetének keddjén tartunk templomunkban 16.30-tól imaórát.

Ismét készülődünk a Húsvétra, a vasárnap 9 órakor tartott szentmise után keresztutat tartunk, lelkes énekes csapat már gyakorolja az énekelt Nagypénteki Passiót.

A 2024-es év igazán különleges lesz számunkra, hisz kicsiny egyházközségünkben legalább 6 gyermek készülődik az elsőáldozásra, így nagy örömünkre tarthatunk Elsőáldozást Sükoron. Augusztus 25-ére szervezzük családi napunkat, melynek keretében a szentmise után megáldjuk a tavalyi évben templomunkban keresztelt gyerekek fűcskáját.

Egyházközségünk életéről igyekszünk hírt adni Facebook oldalunkon is, illetve elektronikus hírleveleinkben, hirdetőtáblánkon. Szeretettel várunk minden érdeklődőt!

Sükorói Római Katolikus Egyházközség

Szeretettel adom hírlít a tőkörnyék érdeklődőinek, hogy Alpha kurzust indítunk!

De mi is az az Alpha kurzus? Hetente összejövünk három hónapon keresztül, hogy együtt vacsorázzunk és beszéljünk az élet fontos kérdéseiről. Az Alpha alapvetően azoknak szól, akik

Első alkalom
2024. 03. 07.

19:00-21:30
minden csütörtökön
Újtelepi templom
Velence, Szent Erzsébet tér

Milyen az Alpha?

„A mindennapi rohanó világ megáll egy pár órára, és megnyugszik a lelkünk. Jó társaság, jó hangulat és jó kaja.”

„Kimondhatom a problémáimat, meghallgatnak, elfogadnak.”

„Az Alphához való csatlakozás feltétel nélküli, tehát bármilyen lelkiállapotban hasznunkra válik.”

Ha kérdésed van az Alpháról:
Németh Andrea +36 20 823 45 72
velenceialpha@gmail.com

Ha kérdéseid vannak az életről: Alpha



még nem ismerik Jézust, de azoknak is nagyszerű lehetőség, akik szeretnék még mélyebben megismerni Őt. Az Alpha kurzuson meg lehet ismerkedni a keresztény katolikus hit lényegével, alapjaival mai nyelven, közösségen. Az Alpha jó lehetőség arra is, hogy jobban megismerjük egymást is, hiszen a kiscsoportok együtt mennek végig ezen a kalandon. Az első alkalmat 2024. március 7-én tartjuk a Velence újtelepi Kalazanci Szent József templom közösségi térében, de a meghívás nemcsak velenceieknek szól, hanem az egész tókönyvek lakosságának. Buzdítunk hát mindenkit, hogy jöjjön el az, és szóljon egy barátjának is, akinek hiányzik Isten az életéből!

Kérdésekkel, jelentkezési szándékkal Németh Andrást (velenceialpha@gmail.com, 0620 823 4572) lehet keresni.

Récei Norbert plébános

Égetni vagy nem égetni? Ez itt az égető kérdés! Mondja el a véleményét Ön is!

Falun régi szokás az égetés. A téma rendkívül megosztó a lakosság körében és két tábor alakult ki Sukorón, vannak, akik égetni szeretnék és akik egyáltalán nem pártolják ezt.

A két tábor Az égetést pártoló táborában több kérdés merül fel, amikor a közösségi média helyi csoportjában felszólalnak a nem égetők táborából az égetés ellen. Ilyen kérdések például: hova tegyük a zöldhulladékokat? Mi lesz a fertőző betegségekkel, ha nem égetjük el a beteg növényi részeket? Akkor már bográcsotni sem lehet? Miért nem bírunk ki az égetést ellenzők az évben pár napot? Mielőtt megkeressük ezekre a kérdésekre a választ, nézzük meg, miért háborognak az égetést ellenzők.

Az égetést ellenzők táborában elsődleges szempontja az egészség és a tiszta levegő. Mindkettő hozzáférésehez joga van minden állampolgárnak. A kerti és a zöldhulladék égetése során rengeteg egészségre káros anyag kerül a levegőbe, amely elsősorban az égő avar mellett álló embert károsítja a leginkább, utána pedig a széliránynak megfelelő szomszédjait, nem beszélve a légúti megbetegedésben szenvedő lakosokról.

(Magyarországon a halalozásoknak 11%-ért felelős a légzőrendszer valamilyen betegsége.)

Az égetést ellenzők másik sarkalatos pontja az égetés által okozott környezetszennyezés, amelyet fokoz az a tény, hogy vannak telektulajdonosok, akik esőzés után meggyújtják a nedves zöldhulladékokat arra hivatkozva, hogy ma van az égetési nap. Nedves zöldhulladékokat tilos égetni. Az avar és egyéb növényi hulladék nedves, összetömörödött, nehezen égő növényi anyagok, így lassan, oxigénhiányosan füstölögnek, emiatt nagyon sok káros anyag kibocsátásával járó égés történik. Egy átlagos kerti tűz, melyben vegyesen égetünk avar, fűnyesedéket és gallyakat, óriási légszennyezést okoz. A nagy szennyezést elsősorban a rossz légellátás, az alacsony égéshőmértékkel, magas nedvességtartalom okozza. Például a növényi részekben lévő szén ugyan oxidálódik, de csak részben, és szén-dioxid helyett szén-monoxid keletkezik, amely kis mennyiségben is mérgező.

A kormány törvénye, az önkormányzat döntése

A kormány betiltotta 2021 január 1-jétől a zöldhulladék égetését országosan a környezet védelmének általános szabályairól szóló 1995. évi LIII. törvény szerint. Jelenleg vészhelyzetet hirdettek és a vészhelyzet időszakára kaptak az önkormányzatok engedélyt a tiltással kapcsolatban. (549/2020. (XII. 2.) Korm. rendelet). Ez alapján az önkormányzatok dönthetik el, hogy lesz-e égetés egy községben vagy sem. A Sukorói Önkormányzat elmondásuk szerint azért szavazott a kijelölt égetési napra, mert több érdeklődő telefont szövegesen kapni az égetés dátumával kapcsolatban, ezzel azt a benyomást kelteve, hogy ez fontos a lakosság számára. Az égetést ellenzők viszont sajnos inkább a közösségi média helyi csoportjában jelzik gondjukat, nem pedig a megfelelő csatornáknak keresztül az önkormányzatnak közvetlenül.

Hova tegyük a zöldhulladékokat? A zöldhulladék valójában egy téves kifejezés, hiszen a kertünkben lévő levelek, faágak mind komposztálhatóak és a tápanyag, amit szolgáltatnak elkomposztálódott formájukban visszajuttathatóak a helyükre, ahová valóak. A kertünkben lévő talajnak, növényzetnek erre szüksége van az egészséges érdekében. Amikor ezt elfüstöljük, saját környezetünket fosztjuk meg a saját táplálékától. Legjobb a helyben komposztálás. De ha nem megy, érdemes ácsingetni a szomszédunkhoz, hátha neki szüksége lenne a kertünkéből származó zöldjavarra.

Diófalevél és diófűrő légy lárvái A diófalevél is jól komposztálható, a folyamat lassúbb csupán. Átlagosan fél-egy év alatt akár palántaföld minőségű termőtalajt nyerhetünk a komposztálásával. A diófűrő légy lárvái a dióból gyorsan kirágják, és a talajba ássák magukat, ott telelnek át. Tehát,

hiába égetjük el a diót és a levelét, ez nem befolyásolja a diófűrőlégy sorsát, amely ellen növényvédelmi lépéseket kell tennünk (például, ha a fa alá fóliát terítünk, megakadályozzuk a lárvák földbe jutását). A védekezés ráadásul csak akkor hatásos, ha a szomszédok, környékbeli kertek gazdái is védekeznek a diófűrőlégy ellen. Egyébként a diófűrőlégy utóbbi években való elterjedése főként a változó éghajlatnak „köszönhető”, vagyis az égetéssel és a levegő szennyezésével tovább segítjük az elterjedését.

Beteg növények, növényi betegségek megakadályozása

A beteg növényi részeket is szokás elégetni, hogy megszabaduljunk a betegségektől. A valóságban viszont még sohasem szabadultunk meg egy növényi vírustól vagy betegségtől sem az égetés miatt, hiszen ezek itt vannak, körülvesznek minket és a megfelelő időjárási körülmények vagy rovarok hatására aktivizálódnak. A jó komposzt komoly hőtermelésre képes, amely a legmakacsabb kártevőket is elpusztítja, 60-70 foknál egy vírus vagy baktérium sem fog életben maradni. A jó komposzt szagtalan.

Vastag ágak – téli tüzelés a kályhában A vastagabb faágakat alaposan kiszárítva tüzelőberendezésben fűtési céllal elégethetők. Így nemcsak újrahaszno-sítjuk kerti javainkat, de a jól kiszáritott ágak a kályha, kandalló zárt tűzterében, ahol az oxigénellátás biztosított, ott több száz fokos hő termelnek, ezáltal kevesebb káros anyag kibocsátásával jár, mint a szabadtéri zöldhulladék-égetés, ahol ez nem megoldható. A tüzelőberendezés füstjét több méter magas kémény vezeti el és nem közvetlen a föld felszínén csapódnak le a megmaradt káros anyagok. Ha nincs erre lehetőségünk, kérdezzünk meg szomszédunkat, hátha ő szívesen él vele.

A kinti sütögetés, bográcsos nem egyenlő a zöldjavarok égetésével. Bár ezek a tevékenységek is szennyeznek a levegőt, szakszerű tüzrakás és tüzkezelés, valamint jó minőségű tüzelőanyag használata mellett sokkal kevésbé, mint a hosszasan füstölő zöldhulladék-kupacok égetése. A szabadtéri főzőcskézőkór általában kis mennyiségű száraz fát, faszenet használnak.

Zöldhulladék matrica A hulladékszállítás befizetői jogosultak 8 db 110 literes zsák zöldhulladék elvitelére évente. Csupán a matricát kell a zsákra ráragasztani. A zöldhulladék elszállításra még mindig kevésbé káros, mint az égetés. A zöldhulladék-gyűjtő zsákok kezeléséről a hulladékezelő telephelyen gondoskodik. A településen végighaladó gépjárművek szennyvezése, bár önmagában jelentős, még így is jóval kisebb, mint a zöldhulladék égetése, amelynek során mindenféle szűrő használata nélkül, órákon át kontrollálatlanul kerülnek a szennyző anyagok a levegőbe.

Mivel Sukorón nem tisztázott az égetést pártoló és ellenzők száma, így a demokrácia jegyében szeretnénk felmérni, hogy ki hogyan vélekedik a dologról. Ehhez várjuk helyi önkéntesek jelentkezését, akikkel együtt kidolgozunk egy rövid kérdőívet az égetéssel kapcsolatban és utcáról utcára járva felmérjük a lakosság álláspontját. Minél többen vagyunk, annál hatékonyabbak leszünk.

Szintén várjuk azon telektulajdonosok jelentkezését, akik szívesen átveszik a zöldjavarokat szomszédjaiktól, amennyiben ők lemondanak erről.

Jelentkezni e-mailen a kovacsanna810@gmail.com-ra küldve vagy telefonszámon +36 70 701 3205-ön lehet.

Forrás: Levegő Munkacsoport cikkei, helyi tapasztalatok

Szerző: Kovács Anna Ki vagyok én?

Egyre több helyen hangzik el, hogy az önismeret fejlesztése – még ha jelentős befektetett energiát is igényel – számos előnnyel jár, gondoljunk csak életünk bármely területére. Tudatos cselekedeteink mellett számos tudattalan, belénk épült szabály irányítja mindennapi viselkedésünket. Tudattalan, mert valójában nem vagyunk tisztában azzal, hogy tetteinket, viselkedésünket számtalanszor mások sugalmazott vagy vélt elvárásainak megfelelően alakítjuk. A családi minták és elvárások, melyeknek való megfelelés gyerekként a túlélésünket jelentette, hatalmas súllyal nehezít nekünk ránk felnőtt korunkban is. Mindezek már korán önértékelési problémát okozhatnak. Csak akkor tekintjük magunkat értékesnek, kapcsolatainkban elismerésre méltó, szerethető személynek, ha mindent „jól” csinálunk, azaz, felnőttként is megfelelnünk a gyerekként felénk támasztott elvárásoknak.

De mit is értünk önismeret alatt: az egyén ismeri saját személyiségének jellemzőit, adottságait, képességeit, céljait, határait és lehetőségeit. Mélyebb szinten érti, mikor miért viselkedik adott módon, mi áll ennek hátterében, mi motiválja, milyen értékek mentén él. Helyesen ítéli meg a kapcsolataiban játszott szerepét, a másokra gyakorolt hatását, illetve tudatában van annak, milyen korábbi történések befolyásolják jelenlegi viszonyulásait, érzéseit. Képes uralni megnyilvánulásait, és megfelelő módon kifejezni gondolatait, érzéseit, illetve szükségleteit. Tudatában van annak, mások hogyan látják őt, és ez mennyire egyezik az önmagáról alkotott képével.

A Johari-ablak, melyet Joseph Luft és Harry Ingham pszichológus dolgozott ki, az önismeret egyik legszélesebb

körben használt egyszerű modellje; egy kétdimenziós mátrixban ábrázolja a mások, illetve az egyén által látott ismerős és ismeretlen területeket.



Az nyílt terület tartalmazza a személyiség azon elemeit, melyek mind az egyén, mind a környezete számára láthatók. A rejtett terület azokat az elemeket foglalja magában, melyeket az egyén ismer, mások számára azonban rejtve maradnak. Ilyenek például a gyengeségeink vagy a nehéz gyerekkorunk, melyeket nem szívesen teregetünk ki a külvilág számára.

A vak területen azon elemek helyezkednek el, amit mások látnak, de az egyén nem. Ilyenkor mondjuk azt, hogy valakinek „vakfoltja” van. Például amikor a környezetet valakit túlságosan aggodalmaskodónak lát, ám ezt az illető nem ismeri fel.

Végül az ismeretlen terület az én azon részeinek halmaza, melyek sem az egyén, sem mások számára nem hozzáférhetők. Ide tartoznak például a rejtett családi mozgatórugók és mintázatok, melyek akár önsorsrontók is lehetnek. De itt találhatóak a szülőkkel való kapcsolatból adódó sérülések és a tudatlattal viselkedésmintázatok is.

Egy jellemzően tudatosan működő és önmagára reflektáló személy az ismeretlen területek (vakfoltok és tudatlantalanok) csökkentésére törekszik, ezzel közelítve meg leginkább reális énképét. Azaz, ha nyitottak vagyunk rá, önreflexiónk, és ezáltal önismeretünk folyamatosan fejleszhető önmagunk monitorozásával, elemzésével, a környezetünkből érkező visszajelzések tudatosításával és beépítésével. Az önismereti fejlődés eredményeként kialakítható a helyes önértékelés. Nem mindegy ugyanis, hogy mit is gondolunk önmagunkról. Ha a szubjektív énképünk túlzott mértékben függ az objektív – a környezet által visszajelzett – énképünktől, azaz, ha folyamatosan azon tartjuk a fókuszot, hogy mások szerint milyennek kell(ene) lennünk, azzal folyamatos igazodásra, ebből fakadóan pedig állandó csatlódottságra és elégedetlenségre kárhoztatjuk magunkat. Ennek az ellenkezője is igaz lehet azonban: amikor valaki a környezetből semmilyen visszajelzést nem enged be, nem képes az építő kritikát befogadni és változtatni, változni, szintén torz énképet alakít ki.

Ha valakinek a reális énképe közel van az ideálishoz, akkor megközelítőleg ott tart, ahol szeretne. Ez már elegendő ok a kiegyensúlyozottsághoz, elégedettséghoz. Ha az ideális állapot, azaz amilyenek szívünk mélyén valójában

szeretnénk lenni, elérhető távolságon belül van, motiválttá tehet minket a céljainkért való küzdésre, azok elérésére. Amikor viszont a reális és az ideális énkép közötti távolság óriási, azt érezhetjük, hogy sosem leszünk azok, akinek elképzeltük magunkat, vagy amilyennek – feltételezésünk szerint – mások szeretnék látni bennünket. A másoknak való megfelelés indikálta viselkedés pedig idővel olyannyira beépül a személyiségünkbe, hogy már a sajátunkénak érezzük, ezért nem is értjük, miért érezzük magunkat rosszul a bőrünkben. A legtöbb ember hajlamos az okokat a környezetében keresni, a körülményeket hibáztatni, azaz a saját felelősségét nem felvállalni.

Hogyan fejleszthető az önismeret? Minden fejlesztés a valós, aktuális állapotra épülhet, azaz annak tudatos átgondolásával indítunk, milyen külső és belső elvárások alapján éljük az életünket. Az erősségeink és gyengeségeink felismerése is nélkülözhetetlen a fejlődéshez. Az önismereti munka nem csak móka és kacagás, hiszen nyelvetlenül, fájdalmas dolgok is kiderülhetnek rólunk. Már a gyengeségeink tudatosítása és az ezekkel való további munka is okozhat nehéz pillanatok. Ezen túl azonban a családunkból hozott, Eric Berne, a tranzakcióanalízis atyjának Sorkönyv című művében megfogalmazott, általában szó szerint ki nem mondott, mégis a családban jelenlévő parancsok („Légy tökéletes!”, „Légy erős!”, „Szerezz örömet másoknak!”) és tiltások („Ne légy önmagad!”, „Ne légy gyerek!”, „Ne érezz!”) felismerése, valamint a gyermeki, szülői- és felnőtt állapotunk azonosítása, valamint tudatos kezelése is mentális erőfeszítést igényel. Az önismereti munka valójában azt jelenti, hogy az ember fokozatosan egyre több mindennel – érzelmi teherbíró képességével arányosan – néz szembe abból, amit korábban letagadott vagy megszüpített önmagával és a származási családjával kapcsolatban. Minél reálisabban látjuk önmagunkat, mozgatórugóinkat, azaz viselkedésünk indítékait, annál kevésbé reagálunk automatikusan, tudatlantul, a fájdalom mintákat ismételve. Megnö a belső szabadságunk, melynek eredményeként tudatosan jobb döntéseket hozunk életünkről és kapcsolatainkról, mellyel környezetünk is hatással leszünk.

Néhány kérdés, amit érdemes feltenni magunknak: Hogyan lettem olyan, amilyen most vagyok? Milyen hatások értek, melyek ilyen né formáltak? Mennyire tudtam önazonos maradni vagy kellett eltávolodni önmagamtól, hogy a szüleim, családtagjaim, tanárain elfogadjanak és szeressenek? Mit kellett tennem azért, hogy be tudjak illeszkedni a kortársaim közé? Mit kell(ett) tennem azért, hogy a partnerem elfogadjon, hogy megtarthassam a munkahelyemet? Mit kellett megtennem és miről kellett lemondanom ahhoz, hogy odáig

jussak az életben, ahol most tartok? Milyen kompromisszumokat hoztam és megért-e? Ki vagyok én valójában és mi az, amit csak azért teszek meg, hogy mások vélt vagy valós elvárásainak megfeleljek? Felvállalhatók-e az érzéseim a környezetem előtt? Elfogadnak-e akkor is, ha épp nem értek velük egyet vagy épp nem vagyok jól? Szabad-e nemet mondanom? Miért kezelem nehezen a konfliktusokat? Miért szorongok bizonyos helyzetekben, helyzetektől? Ezek nem könnyű kérdések, a rájuk adott válaszok pedig még több kérdést vezethetnek fel. Azonban, ha rátalálunk a saját válaszainkra, érdemes kidolgoznunk magunkban bizonyos készségeket, magatartásformákat, hogy a mindennapok során is alkalmazni tudjuk mindazt, amit egyszer már felfedeztünk. A folyamatos önreflexió az önismeret alapja.

Egy átfogó kutatás szerint az embereknek csak 10-15%-a rendelkezik valódi önismerettel, ami egészen megdöbbentő adat. Az érzelmeink tudatosítása, kiváltó okainak megkeresése, és az adott érzésre adott tudatos reakció, azaz az érzéseink adekvát kezelése gyakorlati igényel. Az önismereti úton való előrehaladásnak sosincs vége, bármennyire látunk is rá személyiségünkre, mozgatórugóinkra, mintáinkra, mindig lesz mit megtudnunk önmagunkról. Egyről sosem szabad megfeledkezni: minél jobban értjük magunkat, annál kellemesebb lesz megélni a mindennapokat saját bőrünkben. A folyamatos önreflexió nem más, mint az életünk feletti felelősség felvállalása, hiszen, ha nem ismerem magamat, és nem is merek magamba nézni, hogyan várhatnám el, hogy tudjam, mire vagyok valójában képes, hogy előremutató döntéseket hozzak, és jól kezelem az életben felmerülő konfliktusokat, megoldjam a problémáimat.

„Azt mondják, az idő megváltoztat mindent, de valójában az idő csupán múlik, és nekünk kell megváltoztatnunk a dolgokat.” Andy Warhol

Demeter Tünde mentálhigiénés szakember pszichológus hallgató Gyászfeldolgozó Módszer* Haladó Specialista EFT „Öleli át!” csoportvezető



Web: www.mentalkucko.hu E-mail: info@mentalkucko.hu Phone: +36 30 207 7726 Facebook: www.facebook.com/mentalkucko Instagram: www.instagram.com/mentalkucko/

Régi idők gyümölcsfái nyomában

Hosszú múltra tekint vissza a Velencei-tó környékén levő szőlő- és gyümölcsstermesztés. „Akkoriban Pázmándtól Pákozdig szántók, gyümölcsösök és hangulatos présházakkal tarkított szőlősök váltogatták egymást, s a paraszti gazdaságok mellett a nagyobb szőlőültetvényeken még az ipari termelésnek is megfelelő háttérrel nyújtottak.” – írja Kupi László.

Ennek hagyományt állítva Sukorón gyümölcsfaiskola nyílt az Oltványi utcában, ahol elsősorban régi fajta gyümölcsfákkal foglalkoznak. A faiskola célja, hogy olyan edzett, illetve ellenálló fajtafajta, tájfajtafajta juttassa a közösségi lakosokat, amelyeket már általában nem forgalmaznak, eltűnőben vannak. 2024-ben a készletükben megtalálható lesz a ritka bóralma, fehérvári körte, aszáló szilva, tájfajta kajszibarackok, nemzeti oltalom alatt álló szomorjai cseresznye, vagy például a hűsvégi tárolható hűsvégi rozmaring alma. Várhatóan lesz olyan fajta almafa is, amelyről már az 1200-as években születt feljegyzés.

Térségi fajta mentést, gyümölcsállományok feltérképezését is szeretnék elkezdeni. Ehhez az izgalmas munkához a lakosság segítségét is szívesen veszik. Amennyiben tudomásuk van idős gyümölcsfákról, amelyet érdemes lenne megmenteni, annak oltóágit szívesen fogadják, oltványt készítenek belőle. Ehhez előzetes egyeztetés szükséges a 06707013205-ös telefonszámon szükséges.

Szintén gyümölcsfákhoz kapcsolódó helyi történeteket, régi fotókat lehet küldeni az email címükre (oltvanyfaiskola@gmail.com), amelyet összegyűjtöttek és megjelentettek facebook oldalukon (Oltványi Faiskola) is.

A faiskolában a régi fajta fák mellett tették le a voksukat, mert mostanában tért nyertek a nagyon szép küllemű, idegenhonos, ámde részben betegségeknek nem annyira ellenálló, rövidebb életű fák. A régi gyümölcsfák letűnőben vannak, így értékmegőrzés szempontjából fontos ezen fajta fák ültetése, amely leginkább kerti körülmények között lehetséges. Több ezerféle gyümölcsfa létezik, viszont ha végig gondoljuk, hogy mi hány alfajta ismerünk, csak töredékét tudjuk felsorolni, amelyeket a szupermarketekben veszünk. Viszont kertjeinkben megőrizhetjük és tovább vihetjük azt az értéket, amelyet itt a Kárpát-medencében elődjaink ránk hagytak.

Ezeknél a régi fajta gyümölcsfáknál előfordulhat, hogy nem a megszokott

„szabvány” méretű gyümölcsöt teremnek, hanem sokkal nagyobbak, vagy ellenkezőleg, sokkal kisebbek. Halványabb színű, lapított, vagy éppen petytyes lehet fajtától függően. A gyümölcs felhasználása is sokrétű lehet, hiszen nemcsak friss fogyasztásra használták

nek! Ez elengedhetetlen az egészséges táplálkozáshoz, csak így lehet valódi vitaminforráshoz jutni. A saját kertben saját gyümölcsfáról szedett gyümölcs a legegészségesebb, amelyről biztosan tudja az ember, hogy nem permetezték többször egy év leforgása alatt.



a gyümölcsöket az emberek, hanem megvolt minden gyümölcsfa gyümölcsének a különböző felhasználása. Van, amit kifejezetten rétesbe használtak fel, amiből ecetet, pálinkát, lekvárt vagy szörpöt készítettek, és tudták melyik gyümölcsnek van gyógyító hatása. Olyan almafajták is voltak, amelyet kitétek a szeptemberi napsütésbe szárítani, majd egész télen a finom szárított almát eszegették. Ennek a varázsát akkor tapasztaljuk meg, mikor saját magunk a saját fánkról szedhetjük ezeket a gyümölcsöket, és magunk készítjük el. Védőgázos csomagolás, vagy egyáltalán csomagolás sem kellett az étel előállításához és tárolásához. Természetes és természetesen egészséges volt, amit elfogyasztottak.

Régen, évszázadokkal ezelőtt nem használtak vegyszereket az emberek, mert nem volt. Egyszerűen kiszélelték azokat a fajta gyümölcsfákat, amelyeket érdemesnek tartottak tovább oltani és megtartani. Megtartották a gyümölcs minősége, íze, edzetsége, ellenállósága miatt. Ez nem azt jelenti, hogy ezek a fák soha nem betegedtek meg. Ez azt jelenti, hogy ezek a fák megtanultak védekezni a környezet hatásai ellen, a betegségekkel sokkal sikeresebben megküzdöttek és a mai napig megküzdönek. Ezeket a fákat nem kell vegyszerekkel permetezni, viszont csalánlével, zsurlóval, tejsavóval, narancsolajjal stb. érdemes megtámogatni őket a különböző kórokozók ellen a kezdeti időszakban megelőző jelleggel.

Nagyszüleink sokszor óvták a gyerekeket, hogy csak érett gyümölcsöt egye-

Minden kedves Sukoróit szeretettel várnak a faiskolában!



Szerző: Kovács Anna (Oltvány Faiskola, őstermelő)
Forrás anyag: Kupi László - VÁROS VOLT ÉS VÁROS LETT, VELENCE TÖRTÉNETE, TERMÉSZETI ÉS NÉPRAJZA, VELENCE, 2004

NÉPRAJZI HÁZ

Nyitvatartás:

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

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



Babahírek

Vainel Gréta

2023. 12. 11.

Horváth Dominik

2023. 12. 31.

Somogyi Márk

2024. 02. 08.

Zalkai Ilka

2024. 02. 08.

Orosz Olivér

2024. 02. 12.

KERÁMIÁZ-LAK

Fekete Krisztina

Kerámiából elkészítik étkészletet, házzámokat, ajtódíszeket, virágokat, kerti szépségeket.

De megismerkedhetsz a kerámiázás szépségeivel, kipróbálhatod a korongozást, agyagozást is.

Átköltözött műhelyem
Sukoró, Fő utca 64.



Hívj: 06-20-401-9039

SZÜLÉSZET - NŐGYÓGYÁSZAT MAGÁNRENDELÉS VELENCÉN!

2481 Velence Balatoni út 65.
Szakrendelő 102 szoba
Péntek: 12-20 óráig
Bejelentkezés: +36 20 958 0538

Dr Varsányi Antal
szülész-nőgyógyász

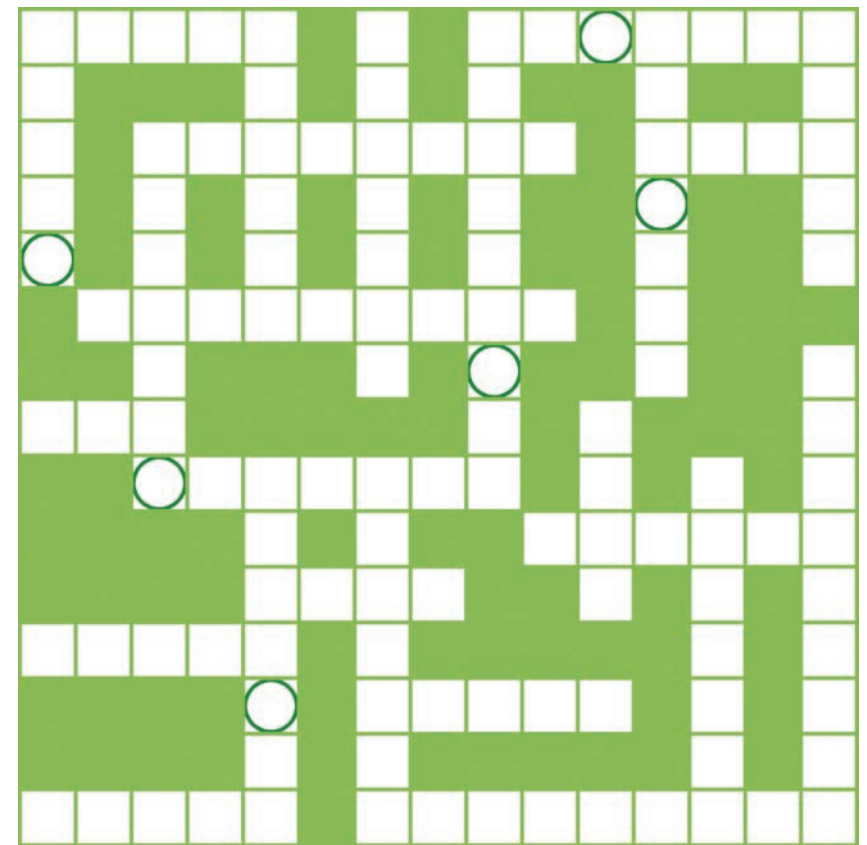
Rákszűrés, STD szűrés, Hpv, Chlamydia, Fertőzések gyulladások kivizsgálása, terhességvizsgálás, meddőség kivizsgálás, tinédzser ambulancia, menopausa rendelés, fogamzásgátlás, méhszájseb megszüntetése, spirál felhelyezés/eltávolítás, recept írás, konzultáció.

Várom szeretettel!

Károlyi Zsuzsa MÁRCIUSI NÉVNAPOSOK

Rendezze át az ábécé sorrendbe írt betűket úgy, hogy olyan keresztneveket kapjon, amelyek viselői márciusban ünneplik névnapjukat! A kapott neveket helyezze el a rejtvényábrában! Helyes megoldás esetén a bekarikázott betűkből egy ráadás nevet is összeolvashat. Melyik ez a keresztnév?

DEE	AÁLNZ	AADILMT
EINZ	DEEGNO	ÁDILRSZ
ÉINR	ÁDNORS	ÁBEIJMNN
OÓTT	BDEEEKN	AAADELNRX
ÁEGNS	ÁEELMNU	AACFIKNS
ÁÁDPR	DEGRRTÚ	AEEHINRTT
AÁBET	EEEKLNN	ÁIIKNRSTZ
AFINN	FIKÓRST	
ADIÍL	AELNOÓR	

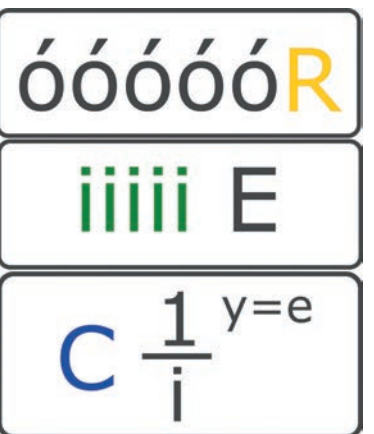


SUDOKU

		4				2	9	
2	8			7				
						5		
3								
5	1	4					7	
		7		6		1		
			5			4	1	
4	9		6		2			
		3				8		

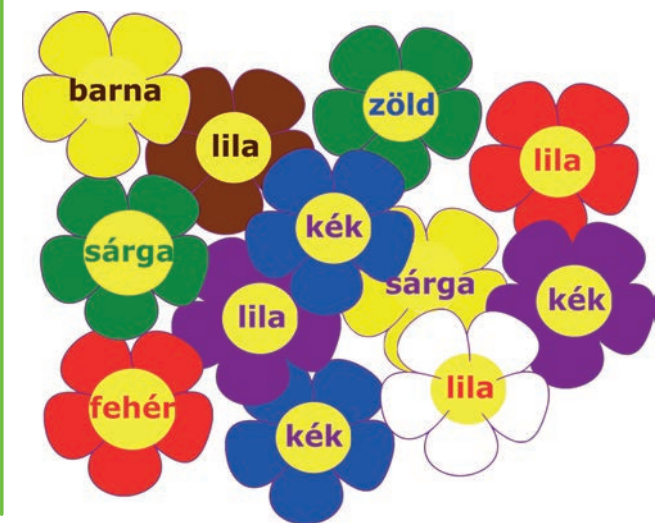
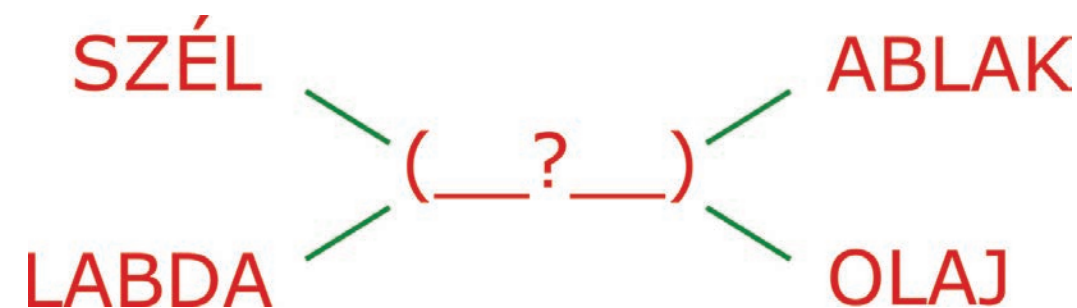
			1	5		3		
1			2	4	9	6		
6			7					
			4					
	9			7				
4		8			3		7	
	1		9					2
	5		3					
2	6	4						8

Melyik három színes madár neve olvasható ki a képrejtvényekből?



Melyik az egyetlen virág, amelyiknek a színe, a betűszíne és a ráírt szín jelentése is azonos?

Melyik szó illik a kérdőjel helyére?





Sukorón is kezdjük a **FILMKLUBOT**
2024.03.07. csütörtökönként 17:30 órától a
sukorói könyvtárban.

Első film: Huszárik Zoltán – Szindbád

Következő vetítések:

- március 21. Székely István - Hyppolit a lakáj vígjáték 1931
- április 4. Dargay Attila – VUK animációs film 1984
- április 11. Koltai Róbert - Sose halunk meg dráma 1993
- április 18. Bacsó Péter - Te rongyos élet szatíra 1983
- április 25. Jankovics Marcell - János vitéz animációs film 1973
- május 2. Ternovszky Béla – Macskafogó animációs film 1986
- május 9. Tiszeker – Lévai – Nyugati nyaralás vígjáték 2022
- május 16. Dargay Attila – Lúdas Matyi animációs film 1977
- május 23. Bacsó Péter – A tanú szatíra 1969

Mindenkit szeretettel várunk!

A program a Kulturális és Innovációs Minisztérium támogatásával valósul meg.



CSALÁDSEGÍTŐ ÉS GYERMEKJÓLÉTI SZOLGÁLAT HÍREI



A családsegítő szolgáltatás célja, hogy megerősítse és támogassa a családokat, hogy segítsen nekik megtalálni a saját erőforrásaikat és képességeiket a problémák megoldására. Az egyéni szükségletekre és helyzetekre szabottan dolgozunk, figyelembe véve a család dinamikáját és az egyéni körülményeket. A szolgáltatásunk különböző területeken nyújt segítséget. Például segítünk a szülői készségek fejlesztésében, a párkapcsolati konfliktusok kezelésében, a kommunikáció javításában és az életvezetési kérdések megoldásában.

Fontos megemlíteni, hogy a családsegítő szolgáltatásunk bizalmas és tiszteltben tartja a családok magánéletét. Minden információt bizalmasan kezelünk. Hogyan keressen meg, ha gondja van? Egyszerűen vegye fel a kapcsolatot a helyi családsegítővel telefonon, vagy személyesen a hivatali fogadóórán. (Figyelem! Új időpontban!!! Minden héten csütörtökön: 9-10 óra között a Polgármesteri Hivatalban) Személyesen átbeszéljük a család helyzetét és szükségleteit. Közös egyéni tervet dolgozunk ki, mely a család konkrét problémáira és céljaira fókuszál. Célunk az, hogy segítsünk családjának megtalálni az utat a nehézségekből a pozitív változás felé. Ne habozzon felkeresni és segítséget kérni, ha úgy érzi, hogy szüksége van rá! A családsegítő azért van, hogy Önnek és családjának támogatást nyújtson nehézségeikkel való megküzdésben és a boldogabb jövő felé vezető úton.

Komáromy Orsolya – családsegítő
+36 30 915 1507

HÁZI SEGÍTSÉGNYÚJTÁS



A házi segítségnyújtás a szociális alapszolgáltatás keretében működő szolgáltatás. Célja, hogy az igénybe vevő részére a saját lakókörnyezetében az önálló életvitel fenntartásához szükséges segítséget megkapja.

A házi segítségnyújtás keretében **szociális segítséget** vagy – a szociális segítőt is magába foglaló – **személyi gondozást** biztosítunk.

Személyi gondozás: olyan célzott segítség, mely az igénybe vevő rendszeres hosszabb idejű gondozása, fejlesztése, amely elősegíti a körülményekhez képest legjobb életminőség elérését.

Szociális segítség: az ellátott mindennapi életvitelében, személyes környezete rendben tartásában mindennapi ügyeinek intézésében nyújt segítséget.

A szociális rászorultság tekintetében az igénybevételt megelőzően vizsgálni kell a gondozási szükségletet.

A gondozási szükséglet az önállósági képesség hiánya alapozza meg. Így vizsgálandó az egészségi állapota, az ápolásra való rászorultság és az önkiszolgálási képesség.

Házi segítségnyújtás igénybevétele **telefonos** vagy **személyes** kérelemre történik.

Intézményi térítési díj:

személyi gondozás: 650.-Ft/óra

Információ és jelentkezés:

Tel.: 22/ 589-157



Palánki Katalin (hsg. egységvezető)

Humán Családsegítő és Gyermekjóléti Szolgálat

Velence Zárt u. 2 (volt orvosi rendelő épülete)

Lépj előre digitálisan!



**BÁRMIT IS CSINÁLSZ,
BIZTOS NET
KELL HOZZÁ!**

**ERDŐKERTES,
ITT A GIGAERŐS OTTHONI NET!**

telekom.hu/gigaeros
Optikai hálózaton, műszaki felmérés alapján.

SZERETETTEL VÁRJUK AZ **ILLABEREK** TURISTAHÁZBAN

Szép és igényes környezetben szervezhet céges meetinget csapatépítő tréninget kisebb esküvőt születésnapot, képzéseket

Nálunk elszállásolhatja messziről érkezett rokonait és barátait is.

Rendezvényekre - teljesen felszerelt konyha - grill áll rendelkezésre. **Kerékpár kölcsönözhető!**

Várhatóan december közepétől **dézsafürdő és szauna** használati lehetőséggel várjuk pihenni vágyó vendégeinket!

Foglalás: 06-30-611-9144
www.illabekuristahaz.hu

68 FŐ befogadására alkalmas

6000 Ft /fő /éjszakától

VIRÁG- ÉS AJÁNDÉKBOLT

virágdíszek
vágott- és cserepesvirágok
kegyeleti virágdíszek
ajándéktárgyak

+36 20 / 537-56-70
Sukoró, Rákóczi u. 2/a.

Nyitva:
Hétfő: 13.00-17.00
Kedd-Péntek: 10.00-17.00
Szombat: 8.00-12.00

mentavirag.hu
viragbolt.menta@gmail.com

Manna MASSZÁZS

Nem akarsz otthonról kimozdulni?
Nincs időd arra, hogy elmenj egy masszórhöz?
Pont nincs hely mikor ráéredél?
Szereted a minőségi szolgáltatást, és azt, ha nem futószalagon érzed magad?
Szereted, ha biztonságos otthonodban, nyugalomban kezelnek?
Sokat dolgozol a kezeiddel és jól esne a kezeidnek a felrisszülés?
Belső szervi problémád van, és kiegészítő gyógykezelést keresel?

Ismerj meg, próbáld ki, emegyek hozzád, ha szeretnél egy jó:

- hátmasszázs
- egész alakos masszázst
- kéz-kar-nyak masszázst
- arc masszázst
- talp masszázst
- nyirokmasszázs
- reflexológiát

Budapest, II., XI., XII. kerület, Órmező, Budaörs, Kápolnásnyék, Velence, Sukoró, Pákozd, Dinnyés, Agárd, Gárdonyi körzetében számíthatsz rám.

Tóth Ágnes ☎ +36 30 201 3436 📧 Manna_Masszazs

Kutyakozmetika

Sukoró

karomvágás, nyírás, fürdetés, trimmelés, egészségügyi nyírás, fültisztítás, szőrbontás, fésülés

Bejelentkezés:

+36 20/262-95-94
bibikutyakozmetika@gmail.com

Nyitvatartás:
H-P: 8:00-20:00
Sz: 8:00-16:00

Háztól-házig szállítás (Sukorón és környékén)

pet grooming BI BI Kutyakozmetika Sukoró

JOGSEGÉLY PSZICHIÁTRIAI JOGSÉRTÉSEK ESETÉN

Olyan károsultaknak működött jogsegélyszolgálatot az Állampolgári Bizottság az Emberi Jogokért Alapítvány, akik egy pszichiátriai kórházban, intézetben szenvedtek sérelmet: egészségkárosodást, megaláztatást, igazságtalan kényszerkezeléseket vagy akár egy szeretett családtag elvesztését.

Az elmúlt 25 év során az alapítványt több ezren keresték fel ilyen panaszokkal, így szinte nincs olyan pszichiátriai jogsértési eset, amelyben ne tudnák, mi a teendő. Jogsértés esetén kivizsgálásokat indítanak, és eljárnak a megfelelő hatóságoknál.

Aki sürgősen elvégzett pszichiátriai kezelése miatt elveszti egy szerettét, gyakran magára marad a gyászszal és a veszteséggel, pedig felelősségre vonással elejét vehetjük, hogy másokkal is megtörténhessenek hasonló esetek. A pszichiátriai átélt traumák, lekötözések, kényszerkezelések szintén életre szóló megrázkódtatást okozhatnak, mely esetekben sokszor ugyanígy kiharcolható az igazságszolgáltatás. A jogvédőknek számtalan esetben sikerült már elérniük, hogy az elkövetőt elmarasztalják, illetve hogy a károsult kártérítést kapjon.

Az alapítvány egy nemzetközi emberi jogi szervezet, az Állampolgári Bizottság az Emberi Jogokért (CCHR) hazai csoportjaként működik. Magyarországon is sok még a teendő, hiszen hazánkban is használnak még elektrosokkot, szállítanak kényszerrel a pszichiátriai embereket – a megalázó bánásmóddal, az emberi jogok elhanyagolásával kapcsolatban az Alapvető Jogok Biztos (Ombudsman) is számos alkalommal felemelte már a szavát a hazai pszichiátriai kapcsán. Mindezek még ma is rendszeresen sértik a pszichiátriai kezelt emberek jogait, ezért nagy szükség van egy olyan jogsegélyszolgálatra, amely kifejezetten az ilyen sérelmek esetén nyújt segítséget.

Ha Ön vagy barátja, családtagja sérelmet szenvedett a pszichiátrián, kérje az alapítvány segítségét!

Állampolgári Bizottság az Emberi Jogokért Alapítvány
+36-1/342-6355, +36-70/330-5384 (minden hétköznap 9.30–17 óráig)
panasz@cchr.hu info@cchr.hu
www.emberijogok.hu



MOZOGJ, SPORTOLJ SUKORÓN!

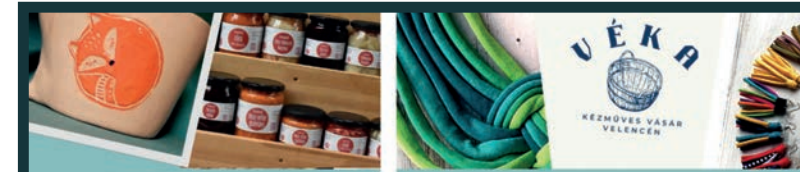
Helyszín:
KULTÚRHÁZ SUKORÓ

KEDD 18.00
CROSS TRAINING/ FUNKCIONÁLIS KÖREDZÉS

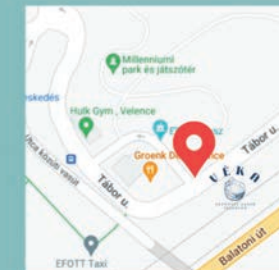
SZERDA 18.00
Triplex® GERINCTRÉNING/DINAMIKUS JÓGA



GAZDAGH MELINDA
(szakképzett Gerinctréner, Funkcionális tréner, Jógakövető)
06/30/557-3181
gazdagh.melinda@gmail.com
www.triplextraining.hu



VÉKA KÉZMŰVES VÁSÁR VELENCÉN



Várunk áprilistól minden hónap első VÁSÁRNAPJÁN!

VELENCÉN A
GROENK DELI BISZTRÓ
MELLETI FÜVES
TERÜLETEN



Kövess minket a
VÉKA Kézműves Vásár Velence,
Groenk Deli Velence oldalakon!

Mi is az a VÉKA Kézműves Vásár Velencén?

Havi egy alkalommal, azaz minden hónap első vasárnapján Velencén a Groenk Deli Bisztró mellett színes sátrak nőnek ki a földből pár óra erejéig, hogy a tó környéki kézművesek portékáikat kínálják. A vásári megjelenésen kívül a VÉKA összefogja a helyi kézműves kisvállalkozókat, közösséggé formálja őket. Mindenki külön-külön, és együtt is értéket képvisel.

Érték, ami a miénk, a velencei-tavi lakosoké. Érték, ami nekünk is szól, nem csak a turistáknak. Kiállítóink szívvel-lélekkel készítik termékeiket, a babaruhákat, a kozmetikumokat, használati tárgyakat, ékszereket, díszeket, játékokat stb.

Csatlakozzatok az oldalukhoz bátran:
VÉKA - Kézműves Vásár Velencén



Kedves érdeklődők!

Ezzel a tanfolyammal a legnépszerűbb társasági táncok világába kalauzolunk el. Legyen szó egy pörgős Rockyról vagy egy elegáns Bécsi keringőről, melyeket ezután magabiztosan kamatoztathatsz bármely táncos rendezvényen.

Az órák péntek esténként 19.30-tól 21.00 óráig tartanak, így remek levezetésé lehet a heti mókuserkének.

Várunk Téged is szeretettel!

www.caliente.hu



Kutyázz
jövedvvel!

MOST MÁR
SUKORÓN IS VÁR
TITEKET A
TÓPARTY
KUTYASULI



C SOPORTOS & EGYÉNI KÉPZÉSEK



www.topartykutyasuli.hu
Facebook.com/topartykutyasuli

CsuSza Számítástechnikai Szaküzlet és Szerviz

Informatikai eszközöket vásárolni, javítani sokféleképp lehet. Nálunk hozzáértő, személyre szabott segítséget is kap hozzá. Üzletünkben megfelelő szakértelemmel és több évtizedes tapasztalattal állunk vásárlóink rendelkezésére az számítógépek, laptopok, tabletek, mobiltelefonok illetve mindezek kiegészítőit illető vásárlásában.

Új, akciós laptopok! Üzletünkben széles választékkal várjuk Önöket!

Pl.: ASUS 15,6" Full-HD kijelzős laptop, Intel processzor, 4 vagy 8GB DDR4 RAM, 128 vagy 256GB SSD, Windows 11 64bit operációs rendszerrel. Most csak **149.990,- Ft**-tól kapható! Telepítve, használatra készen.

Akció 2024. március 31-ig!

Számítógépek és laptopok felújítása, gyorsítása rövid határidővel és 10% kedvezménnyel (anyagköltségből és munkadíjből is), a hirdetés felmutatójának!



Üzletünk: 2475 Kápolnásnyék, Fő utca 45.

<https://csusza-consulting.hu> Tel: 06 30 905 2 904 e-mail: info@csusza-consulting.hu

Szolgáltatások:

- fűnyírás, fűvesítés,
- gyepgondozás, gyommentesítés
- bokor és sövénygondozás
- díszkert, sziklakert építés és gondozás
- használaton kívüli kertek karbantartása
- bozótirtás

Nincs ideje fűvet nyírni?
Hívjon bizalommal!



Kertfenntartás és kertgondozás!
+36-30-620-84-41

HOGYAN SEGÍT AZ ÜGYELET?

Fejér vármegye

1830

- TELEFONOS TANÁCSOT ADUNK
- ÜGYELETI KOCSIT KÜLDÜNK A BETEGHEZ
- ÉLETVESZÉLY ESETÉN AZONNAL MENTŐT RIASZTUNK

ÖN BEMEHET

orvosi ellátásra.

HÉTKÖZNAP:
16:00-22:00 óráig

HÉTVÉGÉN ÉS ÜNNEPNAPON:
8:00-14:00 óráig

- Bicske
- Enying
- Dunaújváros
- Mór
- Sárbogárd
- Székesfehérvár
- Velence

Az alapellátást lehetőleg háziorvosa rendelési idejében vegye igénybe!

MI KIMEGYÜNK

Ügyeleti időben jelentkező súlyos panasz, tünet esetén ne menjen sehová, hanem hívja a központi 1830-as telefonszámot!

Azok számára, akik személyesen keresnének fel egy éjszakai ügyeletet, Fejér vármegye két pontján hétköznap 22:00-tól 08:00 óráig, hétvégén és ünnepnapon 14:00-tól 08:00 óráig van lehetőség:
• Dunaújváros • Székesfehérvár

A GYERMEKEK ÜGYELETI ELLÁTÁSÁT A JÁRÁSKÖZPONTI ÜGYELETI PONTOKON, AZOK MŰKÖDÉSI IDEJÉBEN, VALAMINT A SZÉKESFEHÉRVÁRI KÓRHÁZBAN MUNKANAPON 16:00 ÓRÁTÓL 22:00 ÓRÁIG, HÉTVÉGÉN ÉS ÜNNEPNAPON 08:00 ÓRÁTÓL 20:00 ÓRÁIG, VALAMINT A DUNAÚJVÁROSI KÓRHÁZBAN HÉTVÉGÉN ÉS ÜNNEPNAPON 08:00 ÓRÁTÓL 14:00 ÓRÁIG VÉGEZIK. A KÖZPONTI TELEFONSZÁM A TELJES ÜGYELETI IDŐSZAKBAN, A GYERMEKEK ESETÉBEN IS 1830.

További információ: mentok.hu/ugyelet

INZULINREZISZTENS KONZULTÁCIÓS IDŐPONTOK

Hacsavec Beatrix

Mérnök-tervezőgyógyász
+36 30 911 2739



Velencén és
Budapesten
csütörtökönként

Előzetes időpontfoglalással

Ingyenes előzetes beszélgetés:
hacsavecbetti.hu/idopontfoglalas
Értékes tippek az instagramon:
[@egyensuly_termeszetesen](https://www.instagram.com/egyensuly_termeszetesen)



Sebészeti magánrendelés Velencén



Dr. Botár András - sebész,

lézersebész, proktológus szakorvos

A rendelésen sebészeti konzultációval, proktológiai, sebészeti és lézersebészeti beavatkozásokkal állunk rendelkezésükre.

Magánrendelésre a Velencei Szakrendelő 126-os helységében várom (Velence, Balatoni út 65.).

Rendelési idő: szerda 16:00 – 20:00 óra.

Bejelentkezés: foglaljorvost.hu webes felületen vagy +36 20 9541 564 telefonszámon lehetséges.

Lézerrel kezelhető elváltozások:

- vírusos szemölcs
- bőrkinövések a törzsön és a hajas fejbőrön
- időskori bőrelváltozások
- értágulatok
- benőtt köröm

Proktológia: a végbéltáji panaszok vizsgálatával és kezelésével foglalkozik.

Fizetési lehetőségek: készpénz, bankkártya, egészségbiztosítási kártya.

16 éves kor alatt beavatkozást nem vállalok!

MINDEN SZOMBATON ZÖLD PONT PIAC NAP

7:00-12:00 óra között

Sok-sok finomsággal várunk Benneteket!

Sukoró, Sportpálya mellett
Zöld Pont Helyi Termelői Piac



INTEGRÁLT JOGVÉDELMI SZOLGÁLAT

Levelezési cím:
1365 Budapest, Pf.: 646.
Központi telefon:
+ 36 (1) 8969 000
weblap: www.ijsz.hu

E-MAIL CÍME:
maria.ocsenas@ijb.emmi.gov.hu

FOGADÓÓRA IDŐPONTJA:
telefonon előre egyeztetett időpontban

FOGADÓÓRA HELYE:
Fejér Megyei Szent György Egyetemi Oktató Kórház
8000 Székesfehérvár,
Seregélyesi út 3.

Az intézményben az ön területileg illetékes betegügyi képviselője:

Megléczné Ocsenás Mária

TELEFONSZÁMA:
06/20-4899-658

melyen elérhető
hétfőtől-csütörtökig:
08:00 – 16:30 óra között
pénteken: 08:00 – 14:00 óra között

A jogvédelmi képviselő az integrált jogvédelmi szolgálat (ijsz) munkatársa, az egészségügyi intézménytől független személy. A fenti elérhetőségek sikertelensége esetén az ijsz zöldszáma hívható: 06/80-620-055

SUKORÓN IS GIGAERŐS AZ OTTHONI NET! TISZTELT LAKOSOK!

Örömmel tájékoztatjuk Önöket, hogy az országszerte zajló hálózatfejlesztési programja részeként a Telekom Sukorón is korszerű, optikai hálózatot épített ki, mely Önök számára is elérhetővé válik.

A Magyar Telekom fejlesztéseivel kíván hozzájárulni az ország digitalizációs céljaihoz. A korszerű infrastruktúra alapvető feltétele annak, hogy a magánberek, vállalkozások, települések sikeres szereplői lehessenek az elkerülhetetlen digitális átalakulásnak. A Telekom intenzív hálózatfejlesztésének köszönhetően már országszerte több, mint 3.6 millió háztartás és vállalkozás számára vált elérhetővé korszerű, gigabitképes optikai hálózaton keresztül az otthoni internetezés és az interaktív TV-szolgáltatás.

A Telekom az optikai hálózaton gigabites maximális le- és feltöltési sebességű internetet, széles TV-csatorna választékot, többképernyős filmkölcsmozási lehetőséget, HD kép- és hangminőséget, valamint az interaktív televíziózás lehetőségét kínálja a háztartások és vállalkozások részére.*

Szolgáltatásainkkal kapcsolatban, kérjük, keressék kapcsolattartójukat az alábbi elérhetőségeken:

Tóth Ildikó
06 30 411 9693
toth.ildiko2@ext.telekom.hu

vagy látogassanak el legközelebbi Telekom üzletünkbe:
Alba Pláza - Székesfehérvár, Palotai út 1.
Auchan - Székesfehérvár, Holland fasor 2.

valamint a telekom.hu weboldalunkon és ügyfélszolgálati elérhetőségeinken keresztül is várjuk megkeresésüket.

BÍZUNK BENNE, HOGY ÚJONNAN ELÉRHETŐ SZOLGÁLTATÁSAINK ELNYERIK TETSZÉSÜKET ÉS HAMAROSAN ELÉGEDETT ÜGYFELEINK KÖZÖTT ÜDVÖZÖLHETJÜK.

LÉPJ ELŐRE DIGITÁLISAN!
telekom.hu/gigaeros

Connecting your world.

* A pontos elérhetőség műszaki felmérés függvényében területenként változhat. Az egyes funkciók és szolgáltatások elérhetősége az igénybe vett díjcsomag és egyéb megrendelt szolgáltatások tartalmától függ, a korszerű optikai hálózat elérhetőségéhez és a szolgáltatások létesítéséhez műszaki felmérés szükséges.

Közérdekű információk

Közérdekű telefonszámok:

**Egységes
segélyhívószám: 112**

Sukoró Község Önkormányzata

8096 Sukoró, Óvoda u. 2/a.

Telefon és fax:

06-22-598-007

06-22-475-521

E-mail: spolghiv@t-online.hu

Ügyfélfogadás:

Hétfő, Szerda: 8-17 óra

Péntek: 8-13 óra

Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva

polgármester fogadóórája:

Hétfő: 9:00-12:00

dr. Berzsenyi Orsolya

jegyző fogadóórája:

Hétfő: 9:00-12:00 13:00-15:00

Magán állatorvos

Dr. Somogyi Rita

06-30-530-54-34

Dr. Keresztes János

06-20-928-74-29

Dr. Berkényi Tamás

06-30-/946 4991

ALBA VOLÁN

Elsősorban helyközi

közlekedési információk

hétfőtől-vasárnapig: 4.00-23.00

Telefon: 06-22-514-714

E-ON Áramszolgáltató

Közvilágítás hibabejelentő

LAKOSSÁGI!

(Vezetékes telefonról ingyenes):

06-80-533-533

TÓ-VILL Bt. Székházában

Ügyintézés:

06-20-946-2001

06-22-574-008

Kápolnásnyék, Tó u. 20.

Ügyfélfogadás:

kedd: 13:00-18:00

csütörtök: 8:00-12:00

DRV Zrt. információs Pont

Velence, Szabolcsi út 40.

Ügyintézés: 06-80-240-240

Ügyfélfogadás:

hétfő: 8:00-15:00

csütörtök 8:00-18:00

péntek: 8:00-12:00

Falugazdász

Szmola-Novográdecz Mónika

+36-30-679-7227

MOHOSZ

Velence-tavi Kirendeltsége

22-700-012

Folyékony hulladék elszállítására megrendelhető:

Hazai Kommunális Kft.

+36-20-8059009

Ügyfélszolgálat hétköznapokon:

8:00-16:00 óra között

hazaikommunaliskft@gmail.com

Posta

Sukoró, Fő u. 44.

06-22-589-004

Nyitvatartás:

hétfőtől péntekig: 8.00-16.00

ebédidő: 12.00-12.30

Polgárórség

Schieder István

06-30-946-90-41

Méhraj befogása:

Horváth Zsolt

06-30-454-77-75

Kóbor állat:

06-22-598-007

Közérdekű információk:

Háziorvosi rendelés:

Dr. Szigeti Margit

Sukoró, Fő u. 50.

Rendelési idő:

hétfő: 8:00-10:30

kedd: 16:00-17:30

szerda: 8:00-10:30

csütörtök: 8:00-10:30

Telefon: 06-22-598-040

Dr. Sirák András

Sukoró, Fő u. 50.

Rendelési idő:

péntek: 13:00-15:00

Telefon: 06-22-598-040

Gyermekorvosi rendelés:

Dr. Oszvald Éva

Sukoró, Fő u. 50.

Tanácsadás:

kedd: 8.00-8.30

Rendelési idő:

kedd: 8:30-9:30

csütörtök: 14:30-15:00

Védőnő:

Bédné Molnár Hajnalka

Telefon: 06-22-475-323

Mobil: 06-30-181-3637

Fogászati rendelés:

Göbölösné Dr. Sztafa Dorota

Pákozdon heti 3 napban:

Pákoz, Hősök tere

Telefonszám: +36-22-459-198

Rendelési idő:

hétfő, csütörtök: 8:00-13:00

szerda: 13:00-18:00

Sukorón heti 2 napban:

8096 Sukoró, Fő utca 50.

Telefonszám: +36-30/502-7685

Rendelési idő:

Kedd: 13:00-18:00

Péntek: 8:00-13:00

Szakorvosi Rendelőintézet

2481 Velence, Balatoni u. 65.

Rendelési idő:

Hétfőtől - péntekig 7.00-19.00 óráig

Telefon: 06-22-589-515

Ügyelet:

Velence, Balatoni u. 65.

Telefon: 06-22-311-104

Gyógyszertár

2481 Velence, Balatoni u. 65.

Nyitva tartás

Hétfőtől - péntekig:

8.00-20.00 óráig

Szombaton: 8.00-14.00

HUMÁN CSALÁDSEGÍTŐ ÉS GYERMEKJÓLÉTI SZOLGÁLAT

2481 Velence, Zárt utca 2.

Telefon: 06-22-470-288

E-mail: info@csaladsegito.hu

Polyák László (vadász)

06-70/379-50-00

Elhullott vad, róka, erdei vad

bejelentés esetén hívható!

Sukorói Katolikus Temető- karbantartási és rendezési ügyek:

Récsei Norbert - plébános

Mobil: +36-30-547-4113

Sukorói Református Temető karbantartási és rendezési ügyek:

Kiss Kálmán

Mobil: +36-30-997-6155

Ingyenes internet-hozzáférés Sukoró közterületén



A Sukoró Közös

Önkormányzati

Hivatal parkolójában,

az iskola előtti téren

és a játszótéren ingyenes

WIFI kapcsolódási lehetőséget biztosít

Sukoró Község Önkormányzata.

FACEBOOK



**A legfrissebb hírekért keressék,
kedveljék, kövessék a Sukorói
Kulturális Intézmények nevű
oldalt!**

Sukorói Hírforrás

A sukorói Önkormányzat

hivatalos, ingyenes lapja.

Megjelenik időszakosan,

1000 példányban.

Felelős kiadó:

Sukorói Közös

Önkormányzati Hivatal

8096 Sukoró,

Óvoda u. 2/A.

ISSN

2416-0903