



Farsangi bál

2019. 02. 23. 19:00 – 02:00 óra
PÓCSMEGYER RENDEZVÉNYKÖZPONT



Zene: DJ

**VALENTINO
RECS**

Belépők:

jelmezben 1.000 Ft/fő | jelmez nélkül 1.500 Ft/fő

Elővételben a PRk-ban, a Nyugdíjas klubnál, a surányi Ági boltban
vagy a helyszínen

A büfét a Nyugdíjas klub biztosítja
(virslis, kolbász, fánk, sütemény, alkoholos és alkoholmentes italok)



Szeretettel várjuk Önöket!

Pócsmegyeri Község Önkormányzata

A TARTALOMBÓL

Péterfy Gergely és Péterfy-Novák Éva	3.
Ingyenes informatikai képzés a Rendezvényközpontban	3.
Első kézből – Németh Miklós polgármester	4.
Tájékoztatás – fűrt vagy ázott kutak engedélyeztetéséről	5.
Adórtartozás	5.
A magyar kultúra napja Pócsmegyeren	7.
Képek 2018 adventjéből	8.
Könyvajánló	10.
Új év, új élet	12.
Hogyan védekezünk a HPV vírus és a méhnyakrák ellen?	13.
Advent és adományozás	14.
Kiszíneztük Surányt	15.
Szentendre legjobb gyermek sportolója	15.
Macskamese – gyógynövényes tanulságokkal	16.
Zajban csend – szigetnapló	17.
A farsang története	18.
Kishírek a nagyvilágból	26.
Madarakról mindenkinek – a szarka	27.

József Attila

Étkek áradata

(részlet)

Ím, hát aki mértékkel
szórakozott az étkekkel,
s nem rogyant meg keze- lába,
jöhet a táncos- oskolába.
Járjuk, mint a szél a pusztán,
fölfriissülünk majd káposztán

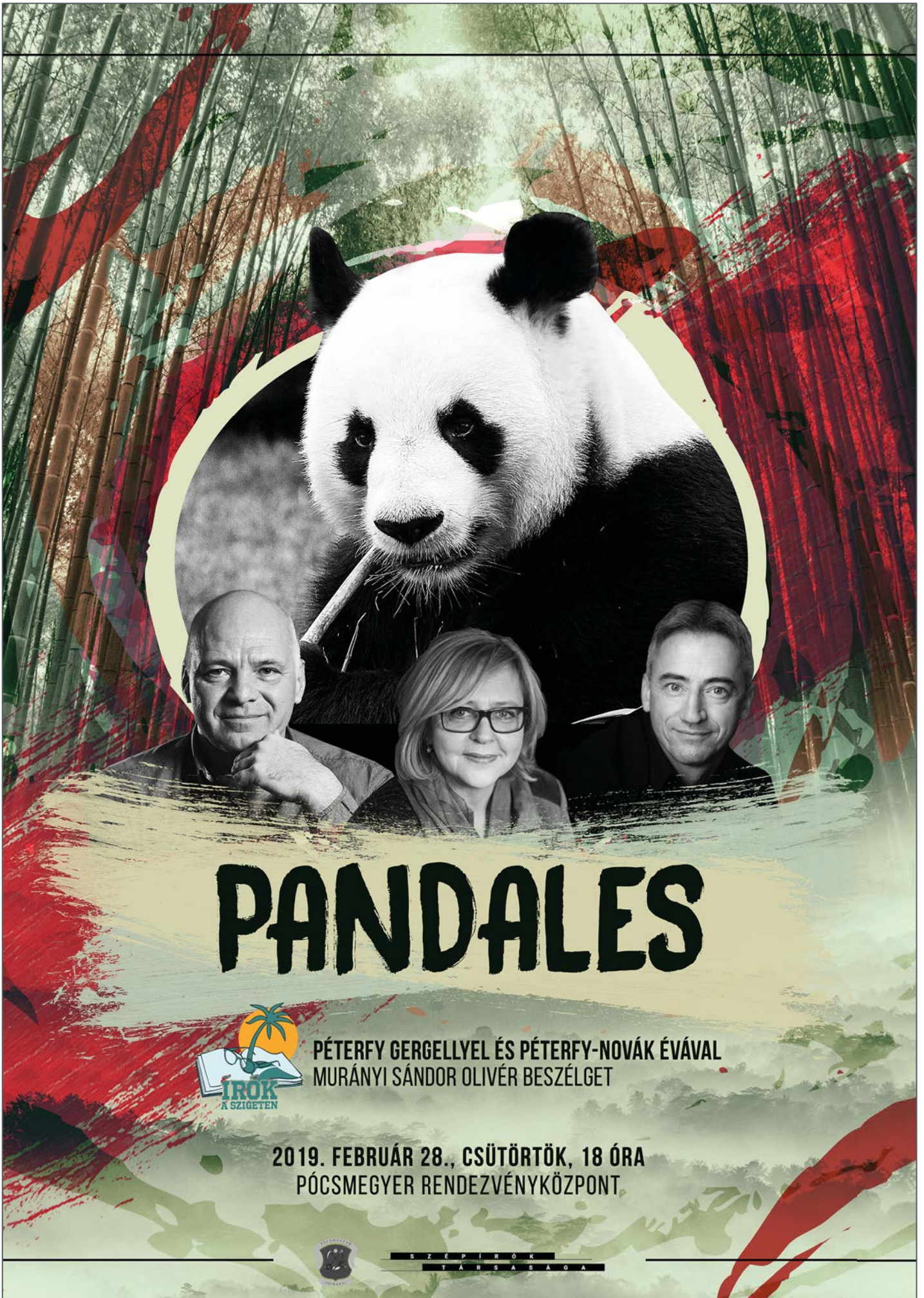
(...)

s ha még fogát feni falánk,
frissen sül a farsangi fánk,
kívül piros, belül foszlik,
míg a vendég el nem oszlik.
S aki panasszal van bajba,
menjen a sóhivatalba!

Kiszíneztük Surányt – Köszi, önkéntes! csoportkép

15. oldal





PANDALES



PÉTERFY GERGELLYEL ÉS PÉTERFY-NOVÁK ÉVÁVAL
MURÁNYI SÁNDOR OLIVÉR BESZÉLGET

2019. FEBRUÁR 28., CSÜTÖRTÖK, 18 ÓRA
PÓCSMEGYER RENDEZVÉNYKÖZPONT



Péterfy Gergely és Péterfy-Novák Éva

Február 28-án csütörtökön, az „**Írók a szigeten**” irodalmi est vendégei lesznek **Péterfy Gergely** író, és felesége **Péterfy-Novák Éva**. Az író – házaspárral Murányi Sándor Olivér beszélget majd.

Péterfy Gergely József Attila díjas író, első novellás kötete 1994-ben jelent meg. Ezt követte 1998-ban regénye az **A B oldal**, majd **A Tűzoltóparancsnok szomorúsága**, mely az ezredforduló megváltozott emberképét és a felnőtté válásba lépő ember útkeresését ábrázolja. A 2004-ben megjelent **Bányató** című regénye, egy zárt világ keretei között vizsgálja a létezés

tragikomikus reménytelenségét. Ebben az évben született meseregénye, a **Misikönyv** melyet az **Örökvölgy** követett. **Halál Budán** regénye 2008-ban jelent meg. PhD értekezése, amelyet Kazinczy Ferenc és Angelo Soliman barátságáról készített, szolgált a 10 éven át írt **Kitö-mött barbár** című regényének alapjával, amelyet 2015-ben Aegon művészeti díjjal ismertek el. **Mindentől keletre, avagy román kém a Weiss-családban** köte-te az író 2013 és 2016 között írt közéleti publicisztikáit tartalmazza. Feleségével közös könyvükben a **Panda ölelése** (2018) útinaplóban, kínai utazá-

suk élményeiről mesélnek, mindketten, ugyanarról, másképpen.

Péterfy-Novák Évának két kötete jelent meg, az **Egyasszony** (amelyről bővebben a könyvajánlóban olvashatnak), illetve **A rózsaszín ruha** tárcanovellája, mely a körülöttünk lévő világról szól. Nőkről és férfiakról, anyákról és lányaik-ról, feleségekről és férjeikről, gyerekekről és felnőttekről. Az olvasó szinte minden részében hasonlóságot találhat saját – és a novellában szereplők élete között.

P.E.

Ingyenes informatikai képzés a Rendezvényközpontban

VEKOP 8.5.4-17 A digitális munka-erő-piaci kompetenciák fejlesztése a Közép- Magyarországi régióban projekt keretében, Informatikai eszközök használata címmel, megfelelő létszám jelentkezése esetén, (min. 15 fő), képzés indul a PRK-ban!

Magyarország Kormánya az Európai Unió támogatásával 800 millió forintos kerettel új, a digitális készségek fejlesztését célzó programot indít a Közép-magyarországi régióban. A projektben több mint 600 képzésen 9000 fő kompetenciafejlesztése valósul meg.

Képzés célja

A program keretében kidolgozott 2 db 35-35 órás képzési program gyakorlatorientált, az alacsony iskolai végzettségűek számára is elsajátítható. A projekt célkitűzése, hogy általános iskolai vagy alapfokú részszakképesítésben szerzett végzettséggel rendelkezők (16. évét már betöltött és 65 évét még be nem töltött) kompetencia fejlesztését támogassa.

A képzés célcsoportja

16-65 év közötti magán személyek, akik Közép-magyarországi lakóhellyel rendelkeznek, nem állnak középiskolával, felsőoktatási intézménnyel tanuló/hallgatói jogvi-



szonyban, és a képzési programmal párhuzamosan nem vesznek részt más hazai vagy európai uniós forrásból megvalósuló digitális kompetenciafejlesztésre irányuló informatikai képzésben.

Képzés időtartama

Két hét, 2* 35 óra

Első hét (35 óra)

A résztvevők képesek lesznek használni az infokommunikációs eszközök (TABLET, okos telefon) alapvető funkcióit, képesek lesznek hanghívásra és szöveges üzenetküldésre, egyszerű mentési műveleteket véghezvinni, az interneten tájékozódni, könnyen hozzáférhető információkat megszerezni, elektronikus levelezést bonyolítani.

Második hét (35 óra):

A résztvevők képesek lesznek a képzés során használt eszközeik (PC, tablet, okoste-

lefon stb.) önálló működtetésére, a legfontosabb beállítási lehetőségek használatára, az interneten gyűjtött információkat fel tudják dolgozni, azokat konkrét problémák megoldására felhasználni. Képesek lesznek elektronikus ügyintézésre (pl. Ügyfélkapu), elektronikus levelezés során csatolmányokat használni, közösségi portálokat (pl. Facebook) önállóan használni (regisztráció, bejelentkezés, információkeresés, megosztás, egyszerű adatvédelem), a képzés során használt eszközeiket hanghívásra és szöveges üzenetküldésre használni. (pl. Viber, Skype, vagy Hangouts)

Záróvizsga:

A két etap (második hét) végén gyakorlati feladatmegoldásból áll záróvizsga van.

A képzésen résztvevők, sikeres vizsga letétele után saját tulajdonú tablettel, vagy mobiltelefont kapnak ajándékba!

Tanfolyam időpontja:

2019. március hónapban két hétvége péntek és szombat 8:00 – 20:00 óra vasárnap: 8:00 – 19:00 óra

Jelentkezési határidő 2019. február 20.

Jelentkezni lehet: személyesen a Pócsme-gyer Rendezvényközpontban munkana-pokon 8:00 – 19:00 óra között

P.E.

Első kézből – Németh Miklós polgármester

– **Összefoglalná, hogy állnak a tavalyi év folyamán megkezdett projektek?**

– Az idei évben a korábban megnyert projektek befejezése a cél, mivel a költségvetés stabilitása ennél többet jelenleg nem enged.

Az Egészségház esetében a kőműves szerkezeti munkákat követően folyamatban van a tető és belső válaszfalak építése, illetve ezzel párhuzamosan az alap gépezeti elemek kiépítése. Az épület átadása augusztusban várható.

A surányi játszótéren az új játékok beállításra kerültek. A minőségi tanúsítványok megérkezése, illetve a pihenő padok elhelyezését követően kerül átadásra a megújult játszótér.

A PRK-ban egy lépéssel közelebb kerülünk ahhoz, hogy a sportcélú hasznosítás is meg tudjon valósulni. A torna és sportfoglalkozások érdekében védőhálót helyeztünk el az akusztikus panelek alá, amely így biztonságos védelmet nyújt a jelenlegi és jövőbeni sportcélú hasznosítás alkalmával. A tavalyi évben benyújtottunk pályázatot a sportburkolat megvalósítására, ez sajnos sikertelen volt. 2019-ben újra kiírásra került a tender, így Önkormányzatunk is újabb esélyt kapott a tervek megvalósítására. Tekintettel arra, hogy ez a beruházás nem igényel önrészt, támogatás esetén nagyobb esély van a megvalósításra, mivel az egyéb, már folyamatban lévő pályázatok költségei olyan terhet rónak az Önkormányzatra, amik nem tennék lehetővé újabb önrészek felvállalását. Az Egészségház mögötti területre tervezett **kézilabda pálya** projektet is azért kellett visszamondanunk, mert túl nagy anyagi terhet igényelt volna a tervek



megvalósítása. A stabilitás érdekében a viszályszaladás bizonyult a helyes döntésnek.

A felszíni csapadékvíz elvezetése kapcsán elmondható, hogy a munkálatok a megfelelő ütemben haladnak, a befejezés nyár elejére várható. A projektben érintett útszakaszok mart aszfalttal történő ellátásához pénzügyi segítséget kértünk az illetékes minisztériumtól. Ennek kiviteli költsége megközelítőleg 50 millió forintba kerülne a négy utcára vonatkozóan úgy, hogy az Önkormányzat rendelkezik a mart aszfalt anyagával. A válaszevel ezidáig nem érkezett meg a hatóságtól.

A Megyeri fasorra elnyert pályázat közbeszerzése a támogatási szerződés megérkezése után várható. A becsült kivitelezési idő a sikeresen lebonyolított közbeszerzés után 2-3 hónap. A pályázat eredményeképpen szilárd útburkolat és csapadékvíz elvezetés épül a Megyeri fásor Napsugár tértől Csendes utcáig tartó szakaszán. A Csendes utcától a Kislak utcáig tartó belterületi szakaszra további támogatási igényt jelenttünk be, mivel az elnyert pénzügyösszeg csak a fent említett szakaszra elegendő.

– **Várható az idei évben lomtalanítás?**

– Örömmel tapasztaljuk, hogy a tavalyi évben a szemétszállítás körül kialakult problémák ellenére visszaállt a régi rend a kommunális hulladék elszállítása kapcsán. A korábbi éveknek megfelelően az idei évben is házhoz menő lomtalanításra szeretnénk szerződni a szolgáltatóval, az ezzel kapcsolatos tárgyalások folyamatban vannak.

– **Milyen tervek vannak a rendezvények tekintetében?**

– A korábbi években elkezdett és működő kulturális programokat 2019-ben is folytatni kívánjuk. Önkormányzatunk igyekszik a rendelkezésre álló költségvetéséből a lehető legjobb minőségű művészeti produkciókat és eseményeket elhozni a településre. A teljesség igénye nélkül néhány esemény az idei évből: Farsangi bál, Írók a szigeten: Péterfy Gergely és Péterfy-Novák Éva estje, Gyermeknap, Kepes András önálló estje, Irány Surány Fesztivál.

Megújult honlapunkon (www.pocsmegyer.hu), illetve a PRK honlapján (www.prk.pocsmegyer.hu) naprakész információkat találunk az aktuális eseményekről.

Aki esetleg még nem tapasztalta volna, azoknak szeretném felhívni a figyelmét, hogy a Takarékszövetkezeteket mind Szigetmonostoron, mind Pócsmezgyeren megszüntették. Ez a B3 Takarékszövetkezet önálló döntése volt. A fiókok bezárása egyben a bankautomaták felszámolását is jelentette, ezért megkezdtük a tárgyalásokat az OTP Bank Nyrt.-vel, hogy a PRK-nál kerüljön elhelyezésre egy, a lakosság igényeit kielégítő bankautomata.

KISBÍRÓ SZERKESZTŐSÉGE

Segítség a helyi gyalogos közlekedésben!

Az itt élő, autóval közlekedő lakosok nevében szeretnénk Önöknek/Neknek segítséget nyújtani a **kompok** és a **települések** közötti közlekedésben. Mivel mi, autósok nem tudhatjuk, ki venné szívesen igénybe ezt a lehetőséget, úgy gondoltuk, a gyalogosoknak kell ezt felénk jelezni! Ennek érdekében fényvisszaverő karpántot biztosítunk az érdeklődők számára. A karpánt, aláírás ellenében a komposoknál ingyen átvehető! A **Szigetmonostor-Horány** felé közlekedők **zöld**, a **Pócsmezgyer-Surány** felé járók **narancssárga** fényvisszaverő karpántot kapnak, melyek használatával is jelzik az autósoknak, ki hova szeretne eljutni! Reményeink szerint ez a kezdeményezés segíteni fogja a gyalogosok komfortosabb közlekedését, hiszen tudjuk, összefogással nagyon jó eredményeket érhetünk el.

MIHÁLY BERNADETT, SZÜR TÍMEA...

TÁJÉKOZTATÁS

fúrt vagy ásott kutak engedélyeztetéséről

Tisztelt Lakosaink, Ingatlantulajdonosok!

Az Országgyűlés döntésének értelmében meghosszabbításra került az engedély nélkül, vagy engedélytől eltérően létesített fúrt és ásott kutak bejelentésének végleges határideje.

A vízgazdálkodásról szóló 1995. évi LVII. tv. (Vgtv) hatályos rendelkezései értelmében „mentesül a vízgazdálkodási bírság megfizetése alól az a létesítő vagy üzemeltető, aki az egyes belügyi tárgyú és más kapcsolódó törvények módosításáról szóló 2018. évi CXXI. törvény hatálybalépését megelőzően engedély nélkül vagy engedélytől eltérően létesített vagy üzemeltet felszín alatti vízkivételt biztosító vízállésményt, ha a vízjogi fennmaradási engedélyezési eljárást 2020. december 31-ig kérelmezi.”

A kutak tulajdonosainak tehát majdnem két év áll rendelkezésükre, hogy legálissá tegyék az engedély nélkül fúrt kutat.

Mivel Pócsmegyer-Surány teljes területe hidrogeológiai „A” vagy „B” védőterület, ezért a kutak engedélyezése továbbra is a Fővárosi Katasztrófavédelmi Igazgatóság hatáskörébe tartozik. Az eljárás menetéről, a szükséges dokumentumokról az alábbi elérhetőségen kérhetnek felvilágosítást:

FŐVÁROSI KATASZTRÓFAVÉDELMI IGAZGATÓSÁG Igazgató-helyettesi Szervezet Területi Vízügyi Hatóság

1081 Budapest Dologház u. 1., Tel.: 06-1/459-2476, 06-1/459-2477

A médiában a hírekben elhangzott az is, hogy tervezik az eljárás egyszerűsítését: minél kevesebb dokumentummal, minél kevesebb költséggel lehessen a kutak tulajdonosainak az engedélyeztetési eljárást elindítani. Ehhez jogszabály módosítások szükségesek, amelyek megalkotása, elfogadása hónapokat jelenthet. Természetesen ez még csak mint szándék hangzott el, amelynek megvalósulását majd a gyakorlat fogja megmutatni.

ZÁKÁNYNÉ DR. SZÓKE TÍMEA / JEGYZŐ

Adótarozás

Pócsmegyer Község Önkormányzatának Képviselő-testülete a 79/2017.(VI.29.) Ök.sz. határozatával arról döntött, hogy az adózás rendjéről szóló 2003. évi XCII. törvény 55/B. § (1) bekezdésében rögzített jogával élve az önkormányzati adóhatóságnál helyi adó és gépjárműadó vonatko-

zásában 90 napon keresztül folyamatosan fennálló tartozással rendelkező, 50 legnagyobb összeggel tartozó adózó magán-személy és jogi személy nevét, lakóhelyét vagy székhelyét, és az adótarozás összegét féléves rendszerességgel a Pócsmegyeri Kisbíróban közzéteszi. A Képviselő-testü-

let felhatalmazta a jegyzőt a határozat végrehajtására. A közzétételre jelenleg a 2017. évi CL. törvény 130. § (1) bek. alapján a 2018. december 31-én fennálló adótarozások tekintetében kerül sor az adóhatóság nyilvántartása alapján.

ZÁKÁNYNÉ DR. SZÓKE TÍMEA – JEGYZŐ

- | | |
|--|--|
| 1. Szabó Gábor
0000 28 Rue Des Tirailleurs, 3 672 082 Ft | 4. Szabó Zoltán
2017 Pócsmegyer, Margaréta utca 50. 939 247 Ft |
| 2. Rigóné Kovács Mónika L
2017 Pócsmegyer, Rigó út 3. 1 136 438 Ft | 5. GOLD-X SZOLGÁLTATÓ ÉS KERESKED
2017 Pócsmegyer, Rigó út 8. 3. ép. 3. 678 055 Ft |
| 3. Kelemen György
2017 Pócsmegyer, Mély út 23. 1 055 295 Ft | 6. PEIKER ÉS TÁRSA KFT.
1146 Budapest, Thökölly út 66. 603 563 Ft |

Folytatás az 6. oldalon >>

» Folytatás az 5. oldalról

7. Horváth Ferenc
2021 Tahitótfalu, Dózsa György út 62. 575 606 Ft
8. Éva Gilbert Camer
0000 Pócsmegyer, 437 155 Ft
9. Kovács Zoltánné
1039 Budapest, Madzsar J. utca 5. I em./5. 415 297 Ft
10. **BIANKINO KFT.**
2017 Pócsmegyer, Lapály utca 3. 407 902 Ft
11. Novák Mihályné
1071 Budapest, Peterdy utca 38. 1 em./2. 310 948 Ft
12. Tőke Ágnes
1013 Budapest, Attila út 31. 2 em./10 238 492 Ft
13. **GOOD RENTING BÉRAUTÓ KFT. „kta”**
2017 Pócsmegyer, Rigó út 8. 3. ép. 3. 230 762 Ft
14. Kiss Péter
1144 Budapest, Szentmihályi út 4-6. IX em./235. 225 301 Ft
15. Farkas Csaba
2000 Szentendre, Papszigeti út 10. 204 223 Ft
16. Kováts Bojta
1195 Budapest, Petőfi utca 7. VIII em./25. 190 000 Ft
17. Eőry Botond Istvánné
2000 Szentendre, Vessző utca 8. 189 312 Ft
18. Tekes Tamás
2017 Pócsmegyer, Galagonya utca 9. 183 146 Ft
19. Hulik Katalin
2000 Szentendre, Toldi utca 2. I em./7. 178 683 Ft
20. **SONAVIKA KFT.**
8722 Nemesdéd, Fő utca 24. 165 957 Ft
21. Sz Molnár Sándor
2021 Tahitótfalu, Rózsa utca 53. C ép. 150 854 Ft
22. Bugár Orsolya Viktória
2017 Pócsmegyer, Sziget út 42. 147 915 Ft
23. Bonczók Norbert
8800 Nagykanizsa, Zemplén Gy. utca 7. A lh. 6 em./41 143 576 Ft
24. **CHEWING PACK BT.**
1138 Budapest, Hősök útja 5. C ép. 137 836 Ft
25. Oravecz Edit
2017 Pócsmegyer, Kossuth út 28. 133 493 Ft
26. *Ravasz Róbert*
2017 Pócsmegyer, Bokréta utca 5. 130 016 Ft
27. Halák Miklósné
2017 Pócsmegyer, Sirály utca 12. 125 552 Ft
28. Simionescu Gábor
1123 Budapest, Greguss u 12. 2 em./27 125 321 Ft
29. Gábor György
2017 Pócsmegyer, Cseresznye út 1. 124 860 Ft
30. Winkler Attila
2017 Pócsmegyer, Nárcisz út 22. 107 192 Ft
31. Timelya Taxi Bt.
2017 Pócsmegyer, Homokbánya utca 5. 104 665 Ft
32. Magomedova Svetlana
1138 Budapest, Népfürdő utca 17. D. ép. III em./11. 103 560 Ft
33. Sóska Annamária
2163 Vácrátót, Petőfi tér 25. 103 085 Ft
34. Balázs Győző
1065 Budapest, Podmaniczky utca 11. 99 064 Ft
35. Királyné Kalocsa Annamária
2017 Pócsmegyer, Gödszigeti út 17. 94 327 Ft
36. Pénzelik Gáborné
2017 Pócsmegyer, Galamb út 16. 94 293 Ft
37. Marosi Nóra
2017 Pócsmegyer, Orgona út 3. 93 199 Ft
38. Soltész András
2017 Pócsmegyer, Vadaskert út 9. 89 247 Ft
39. Németh Tivadar
2017 Pócsmegyer, Gödszigeti út 26. 88 855 Ft
40. Hámori Eszter
1031 Budapest, Vizimolnár utca 23. Fsz./2. 87 766 Ft
41. **QUALITY CONSTRUCTION KFT. L.**
2017 Pócsmegyer, Tölgyfa út 3. 87 748 Ft
42. Dr. Pásztor Zsuzsa
1068 Budapest, Király utca 106. III em./3. 87 737 Ft
43. **ANDREA ÉS DÓRA KFT.**
2017 Pócsmegyer, Ady E. út 14. 86 008 Ft
44. Costan Viorel Alexandru
2017 Pócsmegyer, Hunyadi út 15. 84 214 Ft
45. Fülöp Tibor
2017 Pócsmegyer, Szent István út 4. 84 042 Ft
46. Papp Sándor
2017 Pócsmegyer, Domboldal utca 25. 83 686 Ft
47. Olár Ottó Károly
2113 Erdőkertes, Csíz utca 10. 79 298 Ft
48. Csuka Barna
2017 Pócsmegyer, Sziget út 42. 78 647 Ft
49. Gábor Tibor Ev
2017 Pócsmegyer, Harkály utca 21. 75 914 Ft
50. Móró Gábor
1112 Budapest, Menyecske utca 1. 8. em./53. 75 725 Ft

A magyar kultúra napja Pócsmegyeren

Kölcsey Himnusza, helyesebben a magyarság Himnusza megszületésének napja a magyar kultúra ünnepnapjává vált 1989-ben. Január 22-én, hazánk minden városában, falujában a magyar irodalom legszebb versei csendülnek fel a jeles ünnepen. Községünk, hogy minél többen jelenhessünk meg, hétvégére, január 19-re hirdette meg a kultúra napjáról való megemlékezést. Meghívásunkra a leányfalui Amatild együttes ragadott bennünket magával Katona Pusztá Sándor papköltő, általuk megzenésített verseinek előadásával.

Bevezetőként álljon itt Pusztá Sándor néhány sora:

„Az igazi költészet világokat és egek feletti egeket mozgat meg, ezért is tud örök érvényű szépséget, fényt, vigasztalást árasztani.”

Ez a mondat lényegében meghatározza Pusztá Sándor verseinek hangulatát és mondanivalóját.

A pap költőt Leányfalu, de Pócsmegyer is sajátjaként tisztelheti, hiszen 1937-től 1983-ig, 47 évig volt a két település plébánosa. Ő szentelte fel továbbá a surányi kápolnát.

A hallgatóság soraiban voltak olyan szerencsés lakóitársaink, akik még találkozhattak vele.

A szinte személyes kapcsolat érzése túl a zene és a versek irodalmi élvezetén sajátos hangulatot teremtett, amit még fokoztak pl. a „Cinkenyom” c. kötet címadó versének szintén megzenésítve előadott sorai:

*„Hajnali hóban cinkenyom
fölebe hajlok
olvasom
mélyülő ferde
hó-rovás
sorsokat rejtő
ékirás*

...

*tűnődve titkán
ballagok
én is hóba írt
jel vagyok*

*marad ha létem
itt hagyom
utánam csöppnyi
cinkenyom?”*

Nem lehetett hiányérzetünk. Az Amatild együttes által előadott megzenésített alábbi, Pusztá Sándor versekkel méltóképp ünnepeltük a magyar kultúra napját: Nyitány; Ki hegyre megy; Falusi zsolttár; Áldassék; Cinkenyom; Almafavirág; Áradás; A szentlélek himnusza; Te csillagoknál százszorta nagyobb; Immár 45; Tűzhimnusz; Zárás (Tó vagy Te). Ráadás: Virrasztók.

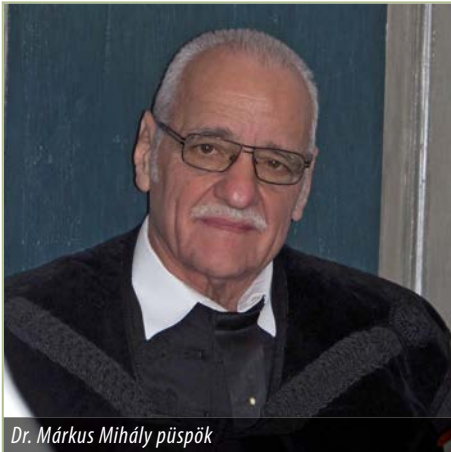
Köszönettel tartozunk a leányfalui Amatild együttes művészeinek, név szerint: Pénzes Matild ének, Veress Gábor Csaba gitár, Juhász Róbert gitár, Földes Gábor basszusgitár, Clemente Gábor ütőhangszerek

CSEMYK



Képek 2018 adventjéből

Fotók: Csengő-Tschörner András



Dr. Márkus Mihály püspök



Adventi szeretetvendégség 2018



Borda Ede



Óvodások csoportja



Szvorák Katalin



Kökény Zétény és Csuha Csanád



Bagdi-Szente Éva



Oláh Badi Mónika és Krisztina Mária és a Gyermek



Az alábbi vers az elmúlt év decemberében, az utolsó adventi gyertyagyújtás alkalmából hangzott el Surányban, a Napsugár téren, Sebestyén József előadásában.

KARÁCSONY 2018

*Napsugár tér közepén KOSZORÚ,
Rajta négy fehér gyertya ...
Meggyújtottuk az utolsót ma,
mert holnap karácsony napja ...*

*Hópihét nem fúj szél,
szakállát nem rázza a TÉL,
tűzhelyeken fő a kocsonya,
Kismanók ülnek a szánokon,
– lábaikon korcsolya ...*

*Igen sokan itt összegyűltünk
poharainkba forralt bort töltöttünk,
Megsült a finom tök és a sok sütemény,
inni és ropogatni itt együtt – remélem
lesz igaz élmény. ...*

*Sokunknak lett életében új irány – Surány
Mely sok családnak lakóhelye immár,
Ünnepeljünk hát együtt, törzslakók és újak,
Emlékezve a múltra, de tervezve a jövőt,
Köszöntsük egymást békével,
És fussunk neki az Új Évnek...
Mindnyáján jó egészségben.*

*Ember mindig később aratja, mit előbb vet,
Kívánik hát mindenkinek
Áldott KARÁCSONYT... –
és egy életvidám – Boldog ÚJ ÉVET...*

Pócsmegyer-Surány, 2018. december 23.
Sebestyén József

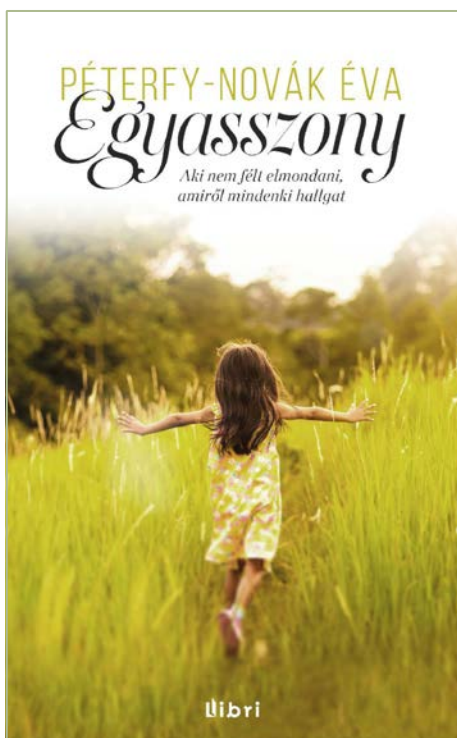
Felhívás!

Ha Ön ismer olyan településünkön élő, vagy környékbeli képzőművészt, aki műveit szívesen kiállítaná a Pócsmegyer Rendezvényközpontban, kérjük jelentkezzen a prk@pocsmegyer.hu e-mail címen, vagy a következő telefonszámon:
06-26/200-013.

Köszönettel:
Pócsmegyer Rendezvényközpont

Könyvajánlók

Péterfy-Novák Éva: Egyasszony



Régóta „szemezgettem” ezzel a könyvvel, de mindeddig halogattam, hogy elolvassam. Tudtam róla, hogy nagyon jó könyv, de szomorú a történet. És én nem szeretek szomorú könyveket olvasni, főleg ha gyermek is van benne. De hajtott a kíváncsiság, és az, hogy az író (Péterfy-Novák Éva) és férje (Péterfy Gergely) február 28-án vendégeink lesznek az „Írók a szigeten” esten.

Ha röviden kellene jellemezni a könyvet: Könyv az elmesélhetetlenről.

A téma meglehetősen kényes, hiszen a bántalmazásról és a súlyos, gyógyíthatatlan gyermekkel való együttéléssel szól, amiről valljuk be, ma sem beszélünk szívesen.

Egy fiatal vidéki lánynak, orvosi műhiba miatt, mozgás- és értelmi sérült gyermeke születik, mindez a 80-as években. Az anya előtt titkolják, hogy gyermeke beteg, hazudnak az orvosok, rokonok, mindenki. A lány ugyan kérdeget, de elhiszi a kapott válaszokat, bár titkon, legbelül érzi, hogy talán valami nincs rendben. De akkor is hisz, mert hinni akar. Sokára derül ki a kíméletlen igazság. A tapasztalatlan lány küzd a gyermekéért, úgy, hogy még szinte ő is gyermek. Küzd az orvosokkal, a rossz házasságával, küzd a boldogságért.

Pozitív gondolkodása és humora sok mindenen átsegíti, lendületet ad neki, erőt, hogy elfogadja a valójában elfogadhatatlant. Az olvasó számára nehezen érthető, hogy miért marad ilyen sokáig egy bántalmazó kapcsolatban, ahol végig jelen van az önállóság, sajnálat, szorongás, önbizalomhiány.

A lány előttünk nő fel, megtanul kiállni gyermekéért, és aztán önmagáért is. Végigkövethetjük felnőtté válását, izgulhatunk érte, hogy sikerüljön neki.

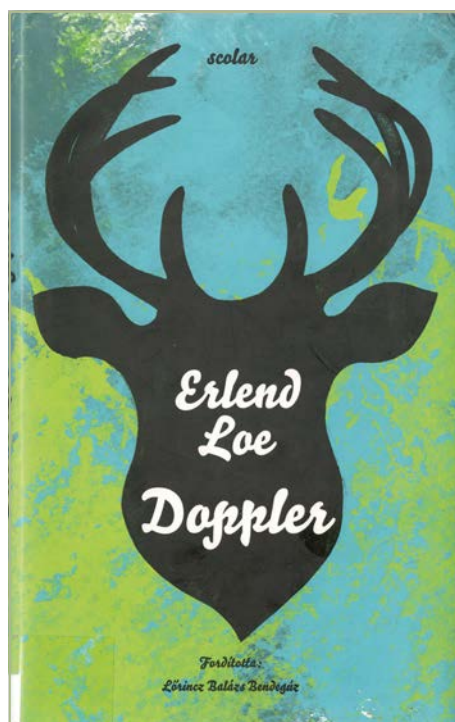
A könyv egyik erénye, hogy tárgyilagos, távolságtartó hangnemben íródott, így az olvasót „annyira” nem viselik meg az események, miközben a lelkünkig hatol.

Mikor az írónt megkérdezték, hogyan tud humorral kezelni kettő, egyáltalán nem humoros témát, ezt válaszolta: „hát nem is értem, hogyan lehetett volna másképp”.

Szeretettel ajánlom..

PÓCS EMÓKE

Erlend Loe: Doppler



Amikor a családapa az erdőt választja inkább

Nagyon régen nem olvastam olyan könyvet, amely ennyire szórakoztató volt. Erlend Loe Doppler című könyve az első laptól kezdve elvárásolt. Már-már azon

gondolkodtam, hogy nem megyek dolgozni, amíg el nem olvasom. Ez egy kicsit emlékeztetett diákkori éveimre, amikor is egy jó könyv miatt simán leszöktem reggel iskola helyett a pincébe, amíg anyámék elmentek otthonról, hogy aztán nyugiban és csöndben olvashassak tovább, igazolást pedig valahogy mindig szereztem.

Szóval adott egy férfi, akinek van egy kamaszdó lány és egy óvodás gyereke. Mindenki számára ismerős, hogy dolgozunk, majd hazamegyünk, háztartási munkát végzünk, és annak érdekében, hogy kikapcsolódhassunk vacsorakészítés és mosogatás közben, bekapcsoljuk a gyerekeknek a tévét. Ők boldogan a semmittevés örömeiben fetrengenek a tévé előtt, és a műsorok idióta zenéi nekünk is bekúsznak az agyunkba, és egész nap ott motoszkálnak, elérve, hogy normális gondolatok helyett ezeket dúdolgassuk önkéntelenül is.

A norvég író hőse, Doppler is egy rendes családapa, akinek tele van a feje a teletubik zenéjével, a fürdőszobacsempe színéről és formájáról folytatott házastársi vitáival, valamint jól jövedelmező munkájával. Ezek mind együtt pörögnek az agyában. De egy nagy hegyi kerékpározás közepette hatalmasat esik, és ahogy fekszik a földön sajgó végtagokkal, egyszer csak rájön, hogy végre csönd veszi körül, nem zúgnak a dalok, nem gondolkodik a fürdőszobán, hanem érzi a csendet, és látja a fák suhogását.

A bonyodalmak ezután kezdődnek, ugyanis ez a pár perc csend teljesen megváltoztatja őt, és szinte azonnal ki is költözik az erdőbe egy jó sátorral és egy baltával, no meg egy hálósákkal, családja és barátai legnagyobb döbbenetére. Nem érdekli semmi, sem a felesége intelmei, se az egyre hidegebb idő. Újra érezni akarja a csendet, távol akar maradni a várostól, hogy a maga erejéből, a maga által megfogott élelemmel, összeszededetett füvekből túléljen. Nem kis büszkeségére el is ejt egy rénszarvast egy késsel, igen ám, de az üszőnek kicsi borja volt.

A könyv itt kezdődik igazán, hogy mit tud tenni hősünk egy kisborjával, annak tejjégyével a város feletti erdőben. A könyv nemcsak rendkívül szórakoztató, de igazi tükröt is mutat arra, hogy miért

haszontalan a nagyobb tévé, a jobb fürdőszoba, a még nagyobb fizetés, egyáltalán az egész civilizáció. Maga a regény is igen feszes, egyetlen felesleges mondat sincs benne, annál több humor. Annyira életű, hogy én mindig azon gondolkodtam, hogy az író valóban otthagyt-e csapot papot és kiköltözött-e a vadonba?

Hogyan játszik valaki a hóval fedett sátorban egy aprócska rénszarvással mérőjátékot? Meg tudja-e védeni határ-

tan „erdejét” a kirándulóktól, és miért jár állandóan meghalt édesapja a fejében, akivel sosem tudott egy mondatot sem váltani igaziból? Mi lesz az erdei ember gyerekeivel, és mi történik akkor, hogyha hatalmas szakállal, füstölt rénszarvas hússal az oldalára kötve hősünk kénytelen szülői értekezletre menni, mert ultimátumot kapott a feleségétől?

A könyv az év legnagyobb felfedezése számomra. Kisgyermekes barátném nem

szerették, mert ez mégiscsak egy civilizációból és a hétköznapi családi életből kiábrándult férfi kalandjait mutatja meg. Ezzel együtt letehetetlen, és alig várom, hogy a könyvtárba a másik újabb két rész is bekerüljön. A könyv olyan volt, mint a mostani skandináv filmek: meghökkenítő, szórakoztató és erősen elgondolkodtató, hogy mi magunk hogyan élünk, és min kellene változtatnunk.

BILKEI BORA

Értesítés!

Továbbképzés miatt
február 6-án (szerdán)
február 8-án (pénteken)
február 22-én (pénteken)

a Karinthy Ferenc Könyvtár zárva tart.

Köszönjük a megértést!



Gyerekeknek
KönyvtárMozi

Szeretettel hívjuk most
a gyerekeket és szüleiket
a KönyvtárMoziba!

Február 15-én, pénteken 17 órától

Lúdas Matyi

magyar rajzfilm, rendezte Dargay Attila (1979) 70'



Karinthy Ferenc Könyvtár
Pócsmegyer, Kossuth út 27.



www.konyvtarmozih.u

KönyvtárMozi

Mészáros Márta

ritkán látható filmjei

Karinthy Ferenc Könyvtár
Pócsmegyer, Kossuth Lajos út 27.

2019.
jan. 17.
(csüt.)
18.30



Örökbefogadás

magyar filmdráma (1975) 83' 12

Rendezte: Mészáros Márta

Berlini Nemzetközi Filmfesztivál (1975) - Arany Medve

2019.
feb. 21.
(csüt.)
18.30



Napló gyermekeimnek

magyar filmdráma (1982) 105' 12

Rendezte: Mészáros Márta

Cannes-i fesztivál (1984) - Zsűri Nagydíja

2019.
márc 28.
(csüt.)
18.30



Napló szerelmeimnek

magyar filmdráma (1987) 125' 12

Rendezte: Mészáros Márta

Berlini Nemzetközi Filmfesztivál (1987) - Ezüst Medve

A vetítések utáni beszélgetést Schramkó Péter vezeti.



www.konyvtarmozih.u

Új év, új élet

Az ígéret szép szó... és így az újév elején sokszor és sok félét szoktunk megfogadni, hogy mit hagyunk hátra az elmúlt évből és mi újat, jobbat, érdekesebbet, egészségesebbet teszünk majd idén.

Ésik Judit dietetikus és egészségtanár már 2017-ben is írt a Kisbíró hasábjain, akkor egészséges ünnepi édességekkel látott el minket. Most apró praktikáit osztja meg velünk, miként is sikerülhet a január elsejei fogadalom teljesítése:

- elkerülhető a kápkodás, az elfelejtett hozzávalók utáni rohangálás és a felesleges sorban állás, ha időben elkészítjük a menütervet és az adott étkezésem részvevők számához igazított bevásárló listát. Próbáljunk változatos, sok gyümölcsöt és zöldséget tartalmazó, kisebb zsír- és/vagy cukortartalmú étrendet összeállítani az ünnepekre.

- az egészséges táplálkozás egyik motója, hogy semmi sem tilos, bármit lehet enni, csak a mérték a lényeg. Nincs előnyös vagy hátrányos élelmiszer vagy étel, csak egészséges étrend - elegendő testmozgással karöltve vagy éppen egészségtelen, helytelen étrend és mozgásszegény életmód. A tudatos tervezés mellett az ételkészítés módja, az igényeknek megfelelő adagolás és a tálalás is döntő jelentőségű, ha kevesebb energiát szeretnénk felvenni. Akár otthon, akár házon kívül étkezünk, a tányér mérete mindig meghatározza az adag nagyságát. Az viszont az egyén hozzáállásán múlik, hogy fél adagot kér-e, illetve tud-e nemet mondani egy újabb fogásra.

- ételkészítés előtt pontosan mérjük ki a szükséges nyersanyagokat és tegyük félre azokat. Ezzel elejét vehetjük a csábító „csi-pegetésnek”, ami az ünnepek utáni plusz kilók gyakori előidézője.

- Kóstoláshoz csak a legkisebb szükséges mennyiséget fogyasszuk el.

- Merjünk kísérletezni, újítani, és ételkészítésnél éljünk az olyan zsírszegény konyhatechnológiai módszerekkel, mint az agyagedényben párolás, gőzben főzés, sütőzacskóban vagy alufóliában, teflondényben sütés, stb.

- A nagyobb energiasűrűségű, zsíradékban és cukrokban bővelkedő ételeknek is helye lehet az ünnepi asztalon, de fogyaszt-



tásuknál tartsunk mértéket, és részesítsük előnyben az összetett szénhidrátban, rostban gazdagabbakat.

- az éhség rossz tanácsadó, ne hagyjon ki étkezést! Megéri 10 perccel korábban felkelni, hogy ne maradjon el a reggeli sem, mert egy nagy rosttartalmú reggelit követően nem lesz éhes az ember. A reggeli kedvenc kakaós csigát hagyja meg hétvégére, hétköznapokon cserélje le müzslivel. Jó, ha tudják a szülők, hogy a reggeli kihagyása nem csupán táplálkozás-élettani szempontból rossz, hanem az iskolai teljesítmény szempontjából is kedvezőtlen.

- kutatások kimutatták, hogy a túlsúlyos emberek hajlamosak gyorsan enni. Lassan egyen, minden falatot alaposan rágjon meg és adja át magát az evés örömeinek! Ne várja meg, amíg úgy érzi, jólakott! Az étkezőasztalnál egyen, ne a televízió előtt! Amennyiben az esti filmhez hozzátartozik a nassolás, akkor a sózott olajos magvak vagy a chips helyett zöldséget és gyümölcsöt rakjon a tálba!

- A teltségérzet könnyen növelhető, ha étkezés előtt egy pohár vizet iszunk. Egy felnőtt átlagos napi folyadékigénye 1,5–2 liter, ami megfelel nagyjából 6–8 pohányi folyadéknak. Közismert és igaz a mondás, miszerint a víz a legjobb szomjoltó, azonban nem szabad addig várni a folyadékfogyasztással, amíg megszomjazik az ember, mivel a szomjúság a fejfájáshoz, a fáradtsághoz és a szédüléshez hasonlóan a kiszáradás jele. A változatos italválasztás segíthet abban, hogy elfogyasszuk a szervezetünk számára szükséges folyadékmennyiséget. Ha al-

kalmanként egy-egy pohár üdítővel vagy gyümölcslével tesszük ízessé vízfogyasztásunkat, azok cukor- és energiatartalmát vegyük figyelembe étrendünk összeállításánál.

- Az alkoholos italok fogyasztásában különösen legyünk körültekintőek!

- Szellőztessünk gyakrabban, ha nagyobb társaság gyűlt össze.

- Szabadságunk alatt a passzív pihenést – a család, a barátok bevonásával – ötvözzük aktív kikapcsolódással, közös sétával, táncsal, szívünkhöz közel álló mozgással.

- A sok tennivaló mellett is szakítsunk időt a kellő alvásra, ügyeljünk testi-lelki állapotunkra. Az idegességet, a feszültséget ne étkezéssel vezessük le! A stresszel való megküzdésnek oly sok technikája van, amit el lehet sajátítani. Amennyiben korábban étellel jutalmazta magát, akkor azt váltsa ki valami mással, pl.: zenehallgatással, sétával, társalgással.

Ha figyelünk az elmondottakra, nem átveszelnél, hanem élvezni fogjuk az idei telet, és bizakodóbban nézhetünk elébe az új esztendőnek. Az nagyon jó, ha dátumhoz köthető az életmódváltozás, de az még jobb, ha valós célt fogalmazunk meg, amit hosszú távon meg tudunk valósítani. Ésik Juditot személyesen is felkereshetik (előzetes időpont egyeztetés szükséges!!), Szentendrén a szakorvosi rendelőben, valamint a 2018 októberében nyílt Egészségfejlesztési Irodában (EFI). Rendelések, tanácsadások díjmentesek, és beutalóra sincsen szükség!

Elérhetőségei:

www.szei.szentendre.hu, valamint a **www.efi.szentendre.hu** honlapon megtalálható!

Mindenkit biztatnék, hogy használja ki ezeket a lehetőségeket, merjen tanácsot, segítséget kérni, és a várva várt eredmény sem marad el!

Kívánok Mindenkinek egészségben, kitartásban gazdag békés boldog újévet 2019-re!

Szerkesztőségünk továbbra is várja a lakosság egészséget érintő kérdéseit a kisbiro@pocsmegyter.hu címre.

Hogyan védekezünk a HPV vírus és a méhnyakrák ellen?

A HPV ellen ingyenes a védőoltás a fiatal lányoknak és az idősebbeknek évenkénti szűrés akár a védőnőnél is

A méhnyakrák megelőzése elleni szűrővizsgálat Önnek ingyenes. A költségeket részben a Magyar Kormány, részben az Országos Egészségbiztosítási Pénztár, illetve Pócsmegyer Önkormányzata fedezi. **Kérem, hogy vegyen részt a szűrésben. Az időben felismert daganat kezelése az életét mentheti meg! Jelentkezzen nőgyógyásznál vagy akár Gyöngyösiné Baranyi Mária védőnőnél is.**

A hazai átfogó méhnyakrák-megelőzési program részeként 2014-ben került bevezetésre a humán papillomavírus (a továbbiakban: HPV) elleni védőoltás, amely azóta része a nemzeti immunizációs programnak. **Célja a méhnyakrák okozta megbetegedések és halálesetek számának csökkentése.** A védőoltást a program keretében 2014 őszétől minden évben, az általános iskola VII. osztályát (7. évfolyamát) végző, 12. életévüket betöltött leányok kaphatják meg ingyen. Az iskolaorvos és az iskolavédőnő feladata felajánlani minden jogosult számára az állam által biztosított, térítésmentes HPV elleni védőoltást, amely önkéntes, annak beadásához a szülő/gondviselő írásbeli nyilatkozata szükséges. A kitöltött nyilatkozatot 2018. szeptember 12-ig kell az iskolába visszajuttatni.

A humán papillomavírus (HPV)

A humán papillomavírus a bőr, a szájüreg, a végbélnyílás és a nemi szervek hámrétegében szaporodik. A HPV a szexuális úton is terjedő vírusok közé tartozik, leggyakrabban a fertőzött testfelületek közvetlen érintkezésével vihető át egyik emberről a másikra. A fertőzés átviteléhez bőr-bőr kontaktus is elegendő, nem feltétlenül a szexuális érintkezés során történik. Bár az

óvszerhasználat számos fertőzés terjedésének megelőzésére ellen jelenthet védelmet, a HPV esetén még ez sem jelent a védőoltásokkal egyenlő minőségű védelmet.

Milyen betegségeket okoz a humán papillomavírus?

A „nem rákkeltő” HPV-típusok szemölcsöket okoznak a bőrön (talpon, tenyéren) és a külső nemi szerveken. Ezek jóindulatú, de igen makacs elváltozások és gyakran visszatérnek. A HPV „rákkeltő” típusai a nemi szervek és a végbél hámban fertőzést, idővel rákos elfajulást is képesek okozni. A szexuális életet élő nők kb. 80%-a átesik a nemi szerveket érintő HPV-fertőzésen, a többségük nem is tud róla. A HPV-fertőzés a szexuális élet megkezdése után, leggyakrabban 15-24 éves kor között következik be. A HPV-fertőzések 90%-a az immunrendszer segítségével magától meggyógyul. A fertőzöttek kb. 10%-ánál azonban tartós fertőzés alakul ki, ami több év alatt rosszindulatú daganattá fajulhat.

A méhnyakrák védőoltással megelőzhető!

Az oltóanyag a HPV adott típusainak tisztított fehérjét tartalmazza (vagyis nem tartalmaz élő vírust vagy DNS-t), melyekből kialakított vírus-szerű partikulák „megtanítják” az immunrendszert a HPV elleni védekezésre. A védőoltás megelőzésre szolgál, így a már kialakult betegséget nem gyógyítja.

A megelőzés akkor a leghatásosabb, ha a leányok 9-15 éves korban részesülnek védőoltásban. Ebben a korosztályban a **védetség eléréséhez fél éves időközzel beadott két oltásra van szükség**, melyet a 7. évfolyamba járó leányok a tanévben ősszel és tavasszal kapnak meg. Az első

oltás idején már 15. életévüket betöltöttek körében a három oltásból álló sorozat szükséges a védetség kialakításához.

Hosszú távon a HPV elleni védőoltás és a rendszeres méhnyakszűrés biztosítja a leghatékonyabb védelmet a méhnyakrák ellen. Minden 25 éven felüli nő számára javasolt, hogy rendszeresen vegyen részt méhnyakszűrésben akkor is, ha HPV elleni védőoltásban részesült.

A szűrővizsgálatot a nőgyógyásza vagy a **területi védőnője végzi el a védőnői tanácsadóban.** A vizsgálat **célja a méhnyak olyan elváltozásainak felismerése**, amelyekből kezelés nélkül méhnyakrák fejlődhetne ki. **Korai felismeréssel és kezeléssel a betegség gyógyítható!** A 25 és 65 év közötti nőknek, évente de maximum 3 évente ajánlott méhnyakszűrésben részt venni.

A szűrővizsgálat a **méhnyakrák korai felismerését szolgálja.**

Miért érdemes részt vennie a szűrővizsgálaton?

A rendszeres méhnyakszűrés eredményeként a **méhnyakrák okozta halálesetek száma nagyban csökkenthető.** **Magyarországon** sajnos még napjainkban is **évente mintegy 400 nő** hal meg a méhnyakrákban.

A szűrővizsgálat Önnek **ingyenes.** A költségeket részben a Magyar Kormány, részben az Országos Egészségbiztosítási Pénztár, illetve Pócsmegyer Önkormányzata fedezi.

Kérem, hogy vegyen részt a szűrésben. Az időben felismert daganat kezelése az életét mentheti meg!

Gyöngyösiné Baranyi Mária elérhetősége: 0630-694-3265

B.G.B.

IMPRESSZUM:

Felelős kiadó és szerkesztés:

Pro Pócsmegyer Kft.,
2017 Pócsmegyer, Kossuth L. u.27.,
E-mail: kishiro@pocsmegyer.hu;
Tel.: 30/844 4439

Nyomás: Pannónia Nyomda Kft., Budapest
Megjelenik havonta 1200 példányban

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

Advent és adományozás

Az EEDE Köszí, önkéntes! csoportunkkal idén is adománygyűjtő tevékenységbe kezdtünk azzal a szándékkal, hogy a helyi rászoruló családoknak, idős embereknek a befolyt összegből élelmiszersomagot vásároljunk karácsonyra. Kampányunk a novemberi bolhapiacra kezdődött, és november 1-től kint volt az adománydobozunk Surányban, az Ági Közértben és a Napsugár téri lángososnál, a faluban pedig a Megyer ABC-ben, valamint a Pócsmegyer Rendezvényközpontban, ahol a Jövőnk a Sziget rajzkiállításunk volt látható. Igyekeztünk körültekintően eljárni, és fontosnak tartottuk, hogy a beérkezett adományok valóban a leginkább rászorulókhoz jussanak el. A listák összeállításában Kajos Lászlóné volt a segítségünkre, akinek munkáját nagyon köszönjük! Igyekeztünk nyitott szemmel járni, hogy eljussunk olyanokhoz is, akiknek elkélne a segítség, de maguktól nem kérnek. Ezúton is szeretnénk mindenkit arra biztatni, hogy ha a szomszédjában ismer rászoruló családot, idős embert, jelezze nekünk. A cipősdoboz akció mára már országos mozgalommá nőtte ki magát, de itt a helyi lakosok helyi rászoruló gyerekeket ajándékoznak meg vele! Advent első, második és harmadik gyertyájának meggyújtásakor kis asztalkánkhöz hozták a cipősdobozokat, és sűrűn csengettünk az adományaitok dobozba dobásakor. Idén az adományozók a rajzpályázat díjazott alkotásaiból kiadott, surányi és pócsmegyeri témájú képeslapokat kapták tőlünk ajándékba. Szívmelengető volt

megtapasztalni, hogy az itt élőkben milyen erős az emberi szolidaritás érzése, a közösségi kohézió idén sokat erősödött! Csoportunk, egy közönségsvavazás után december 5-én vette át Az Év közösségi kezdeményezése 2018 díjat kiemelkedő önkéntes munkájáért, és ez jó apropó volt a településünkön élő Csoóri Julianna és a Kerek zenekarnak, hogy jótékonsági koncertet adjon a friss díjas önkéntes csoportnak. Fergeteges koncertjük megmelengette mindannyiunk szívét, a közönség pénzadományai pedig az adománydobozban gyűjtögetett összeget növelték. Végül december 16-án befejeztük a gyűjtési kampányt, ami a következő eredménnyel zárult: a listánkon lévő minden rászoruló gyereknek jutott korsztályának megfelelő karácsonyi cipősdoboz ajándék, a néhány többletet is helyi gyermekek kapták. Az adventi gyűjtéskor 132.190 Ft gyűlt össze, a pénzből 13 db

élelmiszersomagot állítottunk össze, amelyeket december 20-ig kiszállítottunk surányi és pócsmegyeri rászoruló családoknak és időseknek. Köszönjük annak a surányi családnak, aki műsoron kívül két szatyor tartós élelmiszert és pipereholmit hozott, valamint Dluhopolszky Lászlónak a Grafityisz újságokat! Köszönjük a támogatásokat és adományaitokat, amellyel összességében mintegy negyven helybéli embertársunknak tettük szebbé a karácsonyát! Köszönöm a munkatársaimnak, különösen Antmann Istvánnak, Csom Máriának, Horváth Zsuzsának, Bana Erzsébetnek, Viszota Orsolyának, Szakács Brigittának, Tamásiné Czinege Orsolyának, Kökény Ákosnak, Várnoki Mónikának és Kigyós Attilának, valamint a közösségi szolgálatos Somogyi Dorkának és Zsmidzsár Bencének a támogatást, a figyelmet, a segítséget!

TOPITS JUDIT



Adománygyűjtő asztalunk a gyertyagyújtáson Viszota Orsolya, Tamásiné Czinege Orsolya és Kökény Ákos



Csoóri Julianna és a Kerek zenekar jótékonsági koncertje a Köszí, önkéntes! csoport javára

Kiszíneztük Surányt

A *Köszí, önkéntes!*-ek tavaly nyáron jókedvükből sok mindent színesebbé tettek, a Napsugár téri buszmegállóból augusztusra vidám busz- és könyvmegálló lett, ahol hozni-vinni lehet a könyveket, a buszmegálló újrafestett padjai napfényről és Duna virágzásról mesélnek, az Ági közért előtti plakáthely pedig nemcsak védi az addig összekapcsolott gesztenyefát, de új színt is hozott a partra. A homokos strandon felállított két színes pad nyár óta igazi közösségi térévé vált: az emberek ott találkoznak, a bulik ott szerveződnek, a surányiak a vizet nézve ott elmélkednek. Ősszel a kavicsos strand is kapott két sokszínű padot, és visszakerültek a fölgyújtott kukák is a gátra, csak színpompásabb ruhában. A kutyagumimentes Surányért programunk keretében pedig négy helyre kerültek ki kutya dicsőségtáblák, rajtuk színes, téphető zacskókkal.

Míndeközben programjaink lettek, festődélután és közterületi takarítás, rajzpályázatunk lett és sátrunk az Irány Surány Fesztiválon, sőt „kistestvércsoportunkból” nyolc mélyszegénységben élő, roma tiszavasvári gyereket meg tudtunk hívni az Együtt Egymásért Dunakanyar Egyesület ökotáborába, ahol

tucatnyi önkéntesünk tevékenykedett. Sokat dolgoztunk ezeken a programokon, és a tárgyakkal, utcabútorokkal együtt időközben valahogy magunkat is „kiszíneztük”, közös alkalmainkra sokan eljöttek, több időt töltünk együtt.

Az év méltó zárásaként pedig 2018. december 5-én egy közönségszavazás után az EEDE Köszí, önkéntes! csoportja kiemel-

kedő önkéntes programjáért megkapta az Önkéntes Központ Alapítványtól Az év közösségi kezdeményezése 2018 díjat. Ez a munkánk elismerése, azonban nem nyertük volna meg, ha nincs mögöttünk a település lakóinak meghatározó támogatása. Köszönjük szépen!

TOPITS JUDIT



Antmann István és Csom Mária, a csoport oszlopos tagjai átveszik Az év közösségi kezdeményezése 2018 díjat az Önkéntesség Napján, 2018. december 5

Szentendre legjobb gyermek sportolója

2018. december 20-án a V8 Konferenciatermében rendezték meg Szentendre hagyományos évzáró Sportkarácsony ünnepségét, ahol a város elismerő díjakkal köszöntötte Szentendre legeredményesebb sportolóit. A közel nyolcvan meghívott szentendrei sportolót Verseghi-Nagy Mikós polgármester és Dombay Zsolt sporttanácsnok üdvözölte.

A díjazottak közül elsőként a településünkön élő **Tamási Zsófiát** a **Piramis SE.** karatékáját szőlítették, aki a **gyermek lány amatőr kategória győztese lett.** Edzője: Tóth Attila

Zsófia 4 éve a szentendrei Piramis SE sportolója. Az elmúlt években egyenletesen fejlődött, edzéseken kitartó, szorgalmas. 2018. évben utánpótlás versenyeken indult, ahol rendre dobogós helyezéseket ért el mindkét versenyszámában.

Gratulálunk!



Macskamese – gyógynövényes tanulságokkal

Nem gondoltam, hogy ilyen hamar vizsztatérek az íráshoz, de talán nem bánják:). Szeretném ebben az írásban megosztani friss gyógynövényes tapasztalataimat, melyekre a cicánk kapcsán volt „szerencsém” szert tenni.

Szeptember végén kezdődik a történet, amikor is egy kiszabadult eb ripityára törte a macskánk combcsontját, két műtét várt ránk: szegecseles-lemezes – állatorvosunk megpróbálta megmenteni a cica hátsó lábát. Aztán mivel az eb túl mélyre injekciózta a szájában leledző kórokozókat, és a seb elgennyesedett jött az amputáció. A kutya tulajdonosával részletfizetésben egyeztem meg, és ő korrektil állta is a műtét költségeit, de ez egy másik történet.

Amiről írni szeretnék, az az amputáció után következett. Sajnos varratszedés után a seb egy része, kb. három cm hosszán, kinyílt, kevés genny távozott, amit pozitív dologként értékeltünk, és nem is ijedtünk meg a lánnyal, láttunk mi már tenyérnyi gennyedző sebet is – ez a két hónap ápolás megedzett minket.

A állatorvosi rutin szerinti kezelés ilyenkor a cukrozás. A cukor elvonja a vizet, és így lehetetlenné teszi a kórokozók tobzódását. De – és ez csupán az én feltételezésem – elindít egy fölösleges szövetpusztulást is. Genny nem képződött, de macskánk egyre csak lyukadt, már láttam a csontját, ez volt az a pont, amikor úgy éreztem, nincs veszteni valónk, összeszedtem minden bátorságomat, és a gyógynövényekhez fordultam.

Első lépésként az volt a cél, hogy ne gennyesedjen el a seb, hiszen a cukrozást abahagytam. Erre a célra a népi gyógyászat „húzó” növényét választottam, vagyis az utifüvet. Őröla már írtam egy korábbi cikkemben, gennyet, szálkát, rovarcsípés mérgét, egyéb oda nem való dolgokat képes kiszedni. A késő őszi meleg segített és találtam is szép számmal a Duna parton kereklevelű utifüvet, amit megtörve pakolásként rátettem a sebre. A friss növény mindig jobb mint a száraz.

Két - három napig óránként - kétóránként cseréltem a pakolást. Először még jött egy kis genny, aztán ... elindult a szövetszaporodás. Ekkor jutott eszembe, hogy hiszen az utifű szövetépítő is, hurrrá! Gondoltam megtaláltam a megoldást, lyuk szépen

csökkent, csont eltűnt a sarjszövet alatt, genny még mindig sehol. Aztán mire észbekaptam, a seb szélén képződött egy jelentékeny vadhús mennyiség. Utánaolvastva rátaláltam az örménygyökérre, mely - embereken legalábbis – képes elősegíteni a sebgyógyulást, varrképződést, ha vadhús miatt nem képes összezárulni a seb. Gondoltam megpróbálom, bár a macskák kezeléséből az illóolajos dolgok ki vannak tiltva, mert nem bírja a májuk, az örménygyökérben pedig jelentékeny mennyiségű illóolaj található. Hideg vizes áztatással készítettem belőle kivonatot, úgy gondoltam, az illóolajok így nem okozhatnak gondot. Gézt mártottam ebbe a kivonatba és jött egy újabb borogatási időszak. Hol borogattam, hol pedig hagytam, hogy arra az oldalára forduljon, ahol a seb van, és nyomja a sebet. Ez utóbbi tippet a lovas oldalakról szedtem, ahol a lovak sérülései esetén gyakran képződik vadhús. Öt nap kezelés után teljesen lapossá vált a seb. Az örménygyökér finoman, de kitartóan vékony rétegekben leszedte a vadhúst, és segített a seb bezárulásában, miközben nem engedte elfertőződni azt. Az egész gyógynövényes kezelés – bár nem dokumentáltam, egy

terapeuta ismerősöm sajnálatára – úgy két hétig tartott.

Táltos macskánk, a Háromlábú boldogabb mint valaha, benti macska lett belőle, igen virgonc, éjjelente jön rá a játszhatnék, felmászik a bejárati ajtóra, igyekszik mindent felborítani, püföli a testvéreit, amikor pedig ráér fölkeredzkedik az ölembe és végre beköszönt egy kis dorombolós nyugalom. Ami pedig engem illet, fölrazott ez a kihívás, a fizikai teljesítőképességem, és az idegrendszerem terhelhetőségének korlátait (rendesen ittam a vasfűvet a kimerültség miatt rendetlenkedő pajzsmirigyem okán) is megtapasztaltam, és azt is, hogy ezeket a korlátokat is képes vagyok átugrani, ha muszáj, mert muszáj, hiszen egy lény rám lett bízva ... Nem utolsó sorban pedig megint tanultam valamit a gyógynövényekről – éles helyzetben. Mindez a tapasztalat felkeltette bennem az igényt egy számomra új terület meghódítására, ez pedig a gyógynövényes állatgyógyászat. Legutóbbi cikkemet azzal fejeztem be, hogy itt az ideje a tanulásnak, hogy az információ ne csak kifelé áramoljon ... hát nem pont így képzeltem, de minden jó, ha a vége jó:)



Zajban csend – szigetnapló

(Regényrészlet)

Folyam közepén ébredni. Arra eszmélni, hogy a kis szigetet, otthonommal együtt körülöleli a víz. Minden reggel felteszem magamnak a kérdést: hogy kerültem a hargitai medvéktől a dunai harcsákhoz? Azon is töprengök: vajon miért a Dunakanyarból uralkodtak a magyar királyok, amikor ott vannak a gyönyörű nagyvadas Kárpátok? Miért nem az erdélyi hegyek? Miért a víz? Talán mert a folyam mellett élénkebb volt a kereskedelem?

Vagy jobban tudták védeni a váraikat? Vagy egyszerűen messzebb elláttak? Talán ugyanúgy gondolták, mint Karinthy Ferenc:

„Én az egész országot bejártam, de olyan szépet, mint Leányfalun egy napos nyári reggelen fölkelni, kinyitni az ablakot és a ragyogó Dunával szemben leülni az íróasztalhoz: ennél nem lehet szebb a világom.”

Bár Karinthy Ferenc is hol elmarasztalta, hol dicsérte a folyamot:

„A Duna olyan alacsony: még sose láttam ennyire lenni. A part csupa iszap, nem lehet bemenni, csak hasig süllyedve a latyakban. Napról napra kisebb és büdösebb a víz, erjedés, iszap, romló ízék, partra vetett szemét, halak. Lassanként egészen elfogy a Duna? (...)

Nem tudom megenni a Dunát. A fürdést, úszást benne, a hajókázást rajta, vagy csak nézni a partról, kertből, innen az ablakból. Hogy soha kétszer nincs egyforma színe. Hogy mindig változik a szintje. Hogy sose nyugszik: árad, apad, hullámszik, csillámlik, borzolódik. És hogy Európa folyik át, itt az ablakom előtt. Élő víz, ez az izgalmas benne.”

Naplójában megjegyzi, hogy átjárt Leányfaluról a szigetre biciklivel diót lopni. Eszembe jut, mennyit kérem Arnoldot, a Margittáról szigetre származott romát, hogy ne lopja a kapunk melletti fáról a diót, hogy láthassam a mókusokat. Vajon Karinthy erről a fáról is lopott? Ő nem vágyakozott innen úgy Székelyföldre, mint én. Többször is áthaladt szülővárosomon: „Székelyudvarhely. A katolikus kollégium, a Szűzmáriás királyfi színhelye. S a református régi kollégium, benne a táblával, hogy itt tanult Benedek

Elek. Tovább, át a Hargitán. Csudás táj, erősen megkopasztva. Homoród-fürdő, vizet vettünk. (...) Udvarhelyről Szeke-fürdő – Orbán Balázs sírja. Majd Farkaslaka, Tamási Áron sírja (hű, de sok sír!). Itt különösen kedves fogadtatásban részesítettek, ugyanis mögöttünk is jött egy rendőrségi autó, benn a sír körül, a temetőben is őgyelegtek milicisták. Szegény Áron, foroghat odalenn, hogy ilyen őrség áll a hantjánál.”

Ijesztő belegondolnom: a folyam, amelyen ébredtem, megannyi magyar művészt látott szárnyalni Európán át Amerikáig és vissza, majd aláhanyatlani, reményvesztetten, mint pócsmegyeri udvaromon a levágott szárnyú fácánjaim, amelyek azért nem tudnak elrepülni, hogy szépségükben a gyönyörködhessem. Jön-e még egy korosztály, amely a lezuhant alkotói pályák műveiben gyönyörködik? Vagy marad a Facebook? Van-e értelme ennek az egész tipródásnak? Válasz helyett megiszom a kávé, magam mellé veszem Jágót és Ankát, a két weimari vizslát, hogy lemenjünk a partra. Ők is össze lehetnek zavarodva. Hol medvenyomon haladnak a Görvényi-havasokban, hol vadkacsákra vadásznak a Duna közepén. Ideig-óráig költünk össze két területet, amit elszakított egymástól a történelem.

Mindenütt otthon vagyunk, tehát sehol. Látjuk a két hely előnyeit és visszassága-it. Amikor a Budapestről érkezett, Pócsmegyeren nyaraló állatvédő megszólít, hogy megfigyelt, túl sokszor vannak pórázon a kutyáim, túl szűk a kenneljük és túl soványak, be fog perelni a fővárosi bíróságon emiatt, próbálom nyugtatni: – Jágó az egyetlen eb Magyarországon, amely összeszagolt egy szabad medveboccsal a régi Magyarország területén. – A zöld vénasszony kíváncsian felhúzza szemöldökét, majd megjegyzi: – Cserében tartja fogságban? – De hát most is a partra szalad! – érvelek, miközben azt kérdelem magamtól: – Vajon csak a két táj különbözik egymástól? Vagy az emberek is? Séra nagyanyámat már negyven és negyvennégy közt románozták le Budapestben.

Én meghagytam Döme medvésző autóm rendszámát románnak, így engem is románoznak itt néha. Nem bánt. Mosolygok. Minek megmagyarázni, hogy a vád alapján Arany is, Ady is, Kányádi is román költő, nagyapámról pedig kétszer mondott le a Magyar Állam. Továbbhaladok ilyenkor, és azt nézem, ami jó ezen a helyen: a fák alatt fodrozódó nagy vizet, amelyen billegve haladnak át a weimaranerek által árgus szemekkel figyelt vadkacsák. A kőgátat, ahol még reménykedem, hogy egyszer mégiscsak nagyhalat fogok. A partmenti friss füvet, amelyben olyan jó elterülni nyári délutánokon.

A Duna belső ritmusát, amelyet se a Göd felől száguldó vonatok, se a tizenegyesen suhanó autók nem tudnak megtörni. Hallgatózom. Itt a zajban is csend van. Elképesztő figyelni, ahogy a folyam mindentől és mindenkitől függetlenül éli a maga életét. Szerencsés lehetek, hogy ma reggel is a közepén ébredtem. Félresikerült paraszt vagyok, de elismerem: valamit tudtak a királyok.

MURÁNYI SÁNDOR OLIVÉR



Livia Nails

Ha szeretnéd ápolttá tenni kezeidet vagy csak szép körömre vágysz, várlak sok szeretettel Pócsmegyeren.

Manikűr:
klasszikus, francia, japán

Gél lakkozás

Műköröm építés

Bejelentkezés, időpont egyeztetés telefonon: 06 20/345-83-69
Klibán Livia

A farsang története

A farsang a vígság azon időszakát jelzi, mely a húsvéti nagyböjtöt megelőzi. A farsangot január 6-ától hamvazó szerdáig számítják. Velencében már István-napján (dec. 26.), Spanyolországban pedig Sebestyén-napkor (jan. 20.) kezdődik a Farsang, Rómában csakis a hamvazó szerdát megelőző 11 napot mondják Farsangnak, illetve karneválnak. Sok helyen a hamvazó szerdát megelőző héten tartják a voltaképpeni farsangot, mely minálunk húshagyó kedden éri el befejező tetőpontját. A farsang hazája Olaszország, manapság is az olasz, különösen a velencei farsang vagy karnevál utolsó hete a leghíresebb népünnepek közé tartozik.

A hagyományok szerint ez az önfeledt mulatozás, dús lakomák időszaka, amikor búcsúzunk a téltől és köszöntjük a tavaszt.

Farsangi népszokások

A tél és tavasz küzdelmét szimbolizáló, eredetileg pogány ünnepséget – sikertelen üldözését követően végül – a keresztény egyház is elfogadta, és keresztény elemekkel ruházta fel. Bár a farsang hazája Olaszország, Magyarországon a német fasching szót vettünk át a karnevál helyett ezen időszak, és a hozzátartozó hagyományok megnevezésére. Nem kötődik hozzá jelentős vallási ünnep, alapvetően néphagyományokra épül.

A farsangot a mulatozás, lakomák, vidámság, életöröm, szórakozás, bolondozás, tánc, bálók jellemzik, azaz az önfeledt ünneplés a húsvéti böjt előtt. A gazdag lakomákkal a természetet kívánták bőségre ösztönözni. Hagyományosan ilyenkor tartották az esküvőket is. A legismertebb farsangi népszokások az asszonyfarsang, alakos játékok, farsangi jelmezek, köszöntők, farsangtemetés. Farsanghoz kötődik egyik legérdekesebb népszokásunk, a mohácsi busójárás is. Az ételek közül Magyarországon tipikusan a húsételek, kocsonya, káposzta és a farsangi fánk terjedtek el.

A farsang utolsó napja húshagyó kedd, és a másnap, hamvazó szerda, már a nagyböjt első napja. Ezt egy napra felfüggesztve, torkos csütörtökön elfogyasztották az összes maradék ételt (mai modern verzióban az éttermek kedvezményekkel várják a vendégeket egy kiadós lakmározásra).

A farsangi időszak legjellegzetesebb édesége és egyben étele a farsangi fánk. Garantáltan még a legnagyobb akaraterővel rendelkezők sem bírják ki, hogy legalább farsangi időszakban ne csábuljanak el egy finom farsangi fánk kedvéért! Farsangkor fánkot kell enni, és illik házilag is készíteni! A legismertebb farsangi fánk a szalagos fánk, amely nevét a barna fánkon körbefutó, a fánk tökéletességét jelző fehér csikról kapja. Ahhoz, hogy ez a szalag és a fánk is tökéletes legyen, bizony kell némi rutin, és néhány fortély, például: kiváló és szobahőmérsékletű alapanyagok, a megfelelő fánk méret, bőséges és kellő hőmérsékletű olaj, stb. A farsangi szalagos fánk általában vizespohár nagyságú, aranybarna színű, gömbölyded. Szintén ismert még a csöröge, vagy forgácsfánk, és a rózsafánk, ezek elkészítése némileg egyszerűbb, de szintén olajban történő sütést igényelnek.

Egy közismert fánk recept

Hozzávalók:

- 50 dkg liszt
- 1/8 l tej
- 12 dkg puha vaj
- 5 dkg élesztő
- 2 tojás
- 2 tojássárgája
- 6 dkg cukor
- 1/2 cs vaníliacukor
- csipetnyi só
- 0,5 dl rum
- 1 db citrom reszelt héja

- sütéshez olaj
- tálaláshoz porcukor, esetleg lekvár

Elkészítés:

1. Az élesztőt kevés langyos tejben feloldjuk, adunk hozzá egy keveset a kimért lisztből és cukorból. Ezt a tésztát meleg helyen, letakarva kelesztjük (kb. 30 perc).
2. A maradék tejet a tojásokkal, tojássárgájával, sóval, rummal, cukorral, vaníliacukorral, citromhéjjal elkeverjük. Hozzáadjuk a megkelt tésztát és a maradék lisztet. Végül beledolgozzuk a puha vajat és (lehetőleg géppel) alaposan összegyúrjuk. 15 percig pihentetjük.
3. 5 dkg-nyi adagokat kiveszünk a tésztából, enyhén lisztes kézzel golyóvá formázzuk, egymástól kellő távolságban lisztezett deszkára tesszük, majd a golyókat szélesszájú vizes pohár talpával egyformára lelapítjuk (kb. ujjnyi vastagra), konyharuhával letakarjuk és meleg helyen ismét kelesztjük (legalább 30 perc).
4. Nagyobb lábasban olajat forrosítunk. A fánkokról a konyharuhát sütés előtt 10 perccel levesszük, hogy a felszínük kissé megszáradjon, vagyis kérget kapjon.
5. A meleg olajba tesszük a fánkokat először a felső oldalukkal lefelé, és fedő alatt kb. 3-4 percig sütjük. A fedőt leveszük, megfordítjuk óvatosan a fánkokat és a másik oldalon is világosbarnára sütjük (fedő nélkül).
6. A fánkokat kivesszük az olajból, papír kéztörölkön lecsepegtetjük, porcukorral megszórva, esetleg lekvárral töltve tálaljuk.



Tipppek:

• Az összegyúrt tészta inkább híg legyen, mint kemény.
 • Az 5 dkg a tésztából kb. sárgabarack méretet jelent, elegendő egyszer lemérni, utána bízzuk a szemünkre az adagolást. A golyózás előnye a nyújtással-szagatással szemben, hogy nem kerül felesleges liszt a tészta alá, és szabályosabb lesz a fánk formája.

• Aki ragaszkodik hozzá, ujjnyi vastagra nyújthatja a tésztát, és hagyományos fánkzsággatóval kiszaggathatja.

• Szébb lesz a szalag a fánkon, ha a fánkok először olajba kerülő felszíne sütés előtt kérget kap.

• Fontos, hogy a tésztát valóban meleg helyen kelesszük. A hozzávalók legyenek szobahőmérsékletűek.

• Az olaj legyen kb. 160 fokos, azaz elég meleg, nem túl meleg, hogy a fánk átsüljön, ne csak barnuljon. Az olaj hőmérsékletét az olajba tett fakanállal ellenőrizhetjük, ha buborék képződik a nyél körül, elég meleg. Érdemes próbasütést végezni.

• Ne hagyjuk felügyelet nélkül a fánkokat sütés közben.

FORRÁS: [HTTP://WWW.MNGSZ.COM/HIREK/A-FARSANG-TOR-
TENETE](http://www.mngsz.com/hirek/a-farsang-tortenete)

2019. évi munkaszüneti napok és áthelyezett munkanapok

Az idén 3 munkanap áthelyezéssel kell tervezni, a frissen megjelent PM rendelet alapján. Az év elejei hosszú hétvégével és az extra hosszú karácsonyi pihenővel együtt így összesen hét hosszú hétvégével kell számolni 2019-ben.

A 2019. évi munkarend a következőképpen alakul a PM friss rendelete és a már tavaly közzétett rendelet alapján:

Ünnepnapok, illetve pihenőnapok, a hozzájuk tartozó áthelyezett munkanapokkal:

január 1. kedd, **Új Év, pihenőnap (4 napos hétvége)**

március 15. péntek, **Nemzeti ünnep, pihenőnap (3 napos hétvége)**

április 19. péntek, **Nagypéntek, pihenőnap**

április 22. hétfő **Húsvét, pihenőnap (4 napos hétvége)**

május 1. szerda, **Munka Ünnepe, pihenőnap**

június 10. hétfő, **Pünkösöd hétfő, pihenőnap (3 napos hétvége)**

augusztus 10. szombat, **munkanap**

augusztus 19. hétfő, **pihenőnap**

augusztus 20. kedd, **Államalapítás ünnepe, pihenőnap (4 napos hétvége)**

október 23. szerda, **56-os Forradalom Ünnepe, pihenőnap**

november 1. péntek, **Mindenszentek, pihenőnap (3 napos hétvége)**

december 7. szombat, **munkanap**

december 14. szombat, **munkanap**

december 24. kedd, **Szenteste, pihenőnap**

december 25-26. szerda, csütörtök, **Karácsony**

december 27. péntek, **pihenőnap (6 napos „hétvége”)**

Három-három négy napos és háromnapos hétvégét és az extra pihenőnapokkal egy 6 napos karácsonyi hosszú pihenőt hoz majd 2019, cserébe az előre ledolgozandó 3 szombati munkanapért.

Szombati munkanapok:

Augusztus 10. – augusztus 19. (hétfő) helyett, December 7. – december 24. (kedd) helyett, December 14. – december 27. (péntek) helyett

Randevú egy életen át
Házasság hete
2019. február 10–17.



Február 12-én kedden 18 órakor
 a Pócsmegyeri Rendezvényközpontban,
 és február 15-én pénteken 18 órakor a **Leányfaluházban**

BODNÁR ÁGNES alkotó-fejlesztő meseterapeuta
 mesél a *meseterápiáról* és a mesékbe öltöztetett titkos
 randevúról, melyen saját valóságunkkal és bensőnkkel
 találkozhatunk:

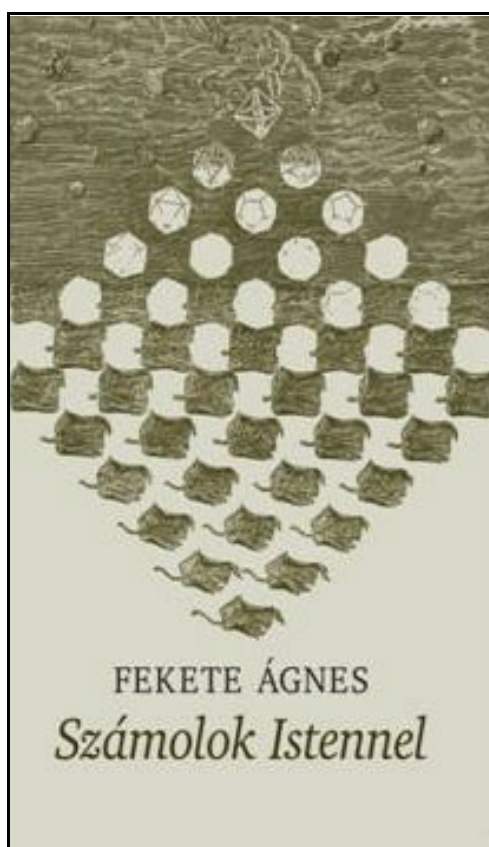
*„A mese titokzatos kút, melyben az idők mélyében összegyűlt tudás
 ragyog, mégis tükrében mindig önnön arcunkat pillanthatjuk meg.”*

Február 17-én vasárnap 9 órakor **Leányfalun** és 10.30-
 kor **Pócsmegyeren** a református
 templomban **FEKETE ÁGNES**
 lekipásztor prédikál.

15 órakor könyvbemutató
 Leányfalun, a templom alsó szintjén.
Fekete Ágnes mutatja be új
 könyvét: *Számolok Istennel*.

A szerzőt pedig a férj, **Barta Tamás**
 mutatja be, és még sok minden más
 is szóba kerül.

Szeretettel várjuk alkalmainkra!



Programajánló

Időpont	Program	Helyszín
Február 15. / 17:00	KönyvtárMozi - Lúdas Matyi	Karinthy Ferenc Könyvtár
Február 16. / 17:00	Jazz est	Pócsmegyer Rendezvényközpont
Február 21. / 18:30	KönyvtárMozi - Napló gyermekeimnek	Karinthy Ferenc Könyvtár
Február 23. / 19:00	Farsangi multság	Pócsmegyer Rendezvényközpont
Február 28. / 18:00	Írók a szigeten - Péterfy Gergely és Péterfy - Novák Éva	Pócsmegyer Rendezvényközpont
Március 7. / 18:00	„Farkasok szeretete” ismeretterjesztő előadás – Endrejtérné Tajti Judit előadása	Karinthy Ferenc Könyvtár
Március 23. / 18:00	Kepes András - Csillagok nyomában c. előadása	Pócsmegyer Rendezvényközpont
Március 28. / 18:30	KönyvtárMozi - Napló szerelmeimnek	Karinthy Ferenc Könyvtár
Március 29.	Vállalkozói fórum	Pócsmegyer Rendezvényközpont
Április 1.	Véradás	Pócsmegyer Rendezvényközpont
Április 13. / 9:00	Bolhapiac	Pócsmegyer Rendezvényközpont
Május 18. / 10:00 – 17:00	Gyereknapi	Pázsit-tó
Augusztus 2-3.	Surány Fesztivál	Surány-Napsugár tér

Pócsmegyer Rendezvényközpont (PRK) állandó programjai

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

HÉTFŐ

9:00 – 10:00 3-1-2 Meridián torna – Ági néni
14:00 – 17:00 Családsegítő – K. Szabó Attiláné (Judit)
16:30 – 17:30 Gyermek show tánc – Kiss Ági
17:30 – 18:30 Gyermek show tánc – Kiss Ági
18:30 – 20:00 Jóga a mindennapokban – Nagy Emma

KEDD

17:00 – 18:00..... Karate – Sipos István
18:15 – 19:15 Cross Training – Sipos István

SZERDA

9:00 – 13:00 Családsegítő – K. Szabó Attiláné (Judit)
16:15 – 17:15 Gyermek show tánc – Kiss Ági
17:15 – 18:15 Gyermek show tánc – Kiss Ági

CSÜTÖRTÖK

9:00 – 10:00 3-1-2 Meridián torna – Ági néni
17:00 – 18:00 Karate- Sipos István
18:15 – 19:15 Cross Training – Sipos István

Civilek Háza állandó programjai

Surány, Akácós út 17

Hétfő, szerda, péntek 18:30 – 19:30

Női torna – Ficzek Kati

Tel.: 30/596-7581

Családsegítő – K. Szabó Attiláné (Judit)

Ügyfélfogadás a PRK-ban

Hétfő: 14:00 – 17:00 és Szerda: 9:00 – 13:00

Telefonsz.: 06-26/312-605, 06-26/400-152

Karinthy Ferenc Könyvtár

Hétfő: 8:30 – 12:30 15:00 – 18:30

Kedd: 8:30 – 12:30

Szerda: 8:30 – 12:30 15:00 – 18:30

Csütörtök: Zárva

Péntek: – 15:00 – 18:30

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

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

Tel.: 06 30 831 0301 • E-mail: konyvtar@pocsmegyer.hu
facebook: Könyvtár Pócsmegyer-Surány

Közérdekű telefonszámok

Mentők	104
Tűzoltók	105
Rendőrség	107
Szentendrei Rendőrkapitányság	06-26/502-400
Tahi Rendőrőrs	06-26/387-140
Körzeti megbízott – Strehó Zoltán r. ftórm	06-20/310-9128
Kéményseprés	1818
Szentendrei Földhivatal	06-26/312-413 06-26/301-743
Szentendrei Közjegyző	06-26 311-581
Agrártámogatások – Hansági Dénes	06-30/244-9546
Barangoló Óvoda	06-26/396-078
Pócsmegyer Iskola	06-26/395-133
Szigetmonostor Iskola	06-26/393-100
Pócsmegyer Rendezvényközpont	06-26/200-013
Pro Pócsmegyer Kft.	06-30/844 4439
Karinthy Ferenc Könyvtár	06 30/831-0301
Nyugdíjas klub	06-20/325-1960
Posta	06-26/395-575
Takarékszövetkezet	06-26/395-003
ELMŰ Ügyfélszolgálat	06-40-38-38-38
Református Lelkészi Hivatal	06-26/395-128
Római Katolikus Plébánia	06-26/385-807
Baptista Lelkészi Hivatal	06-20/886-1927

A Polgármesteri Hivatal elérhetőségei

Cím: 2017 Pócsmegyer, Hunyadi u. 6.

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

Ügyfélfogadás

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

Németh Miklós polgármester fogadóórja előzetes bejelentés alapján

Feladatkör – ügyintéző	Telefon	E-mail
Polgármester Németh Miklós	06-26/814-843	polgarmester@pocsmegyer.hu
Jegyző Zákányné dr. Szőke Tímea	06-26/814-842	jegyzo@pocsmegyer.hu
Titkárság dr. Kálmán-Kreisz Ágnes	06-26/814-850	kalman.kreisz.agnes@pocsmegyer.hu
Adóügyek Tóth Tímea Hajdúné Kánai Enikő	06-26/814-848 06-26/814-841	ado@pocsmegyer.hu ado2@pocsmegyer.hu
Pénzügy Simon Zsuzsanna Debreczeni Beáta Somogyi Ágnes	06-26/814-846 06-26/814-849 06-26/814-860	gazdalkodas@pocsmegyer.hu penzugy@pocsmegyer.hu etkeztetes@pocsmegyer.hu
Műszaki előadó (Építési- műszaki és csatorna ügyek) Takács József	06-26/814-847	muszak@pocsmegyer.hu
Iktatás Somogyiné Alagyi Szílvia	06-26/814-845	iktatas@pocsmegyer.hu
Igazgatás (Anyakönyvi ügyek, lakcímbejelentés) Kajos Lászlóné	06-26/814-844	igazgatas@pocsmegyer.hu
Közterület-felügyelő Bodor Róbert	06-30/579-9510	kozteruletfelugyelet@pocsmegyer.hu

GYÓGYSZERTÁR

Pócsmegyer, Ady E. u. 12.,

Tel.: 06-26/395-277

Hétfő: 14:00 – 19:00

Kedd: 8:00 – 13:00

Szerda: 13:00 – 18:00

Csütörtök: 8:00 – 13:00

Péntek: 8:00 – 13:00

ORVOSI ÜGYELET

Tahitótfalu, Visegrádi u. 12.,

Tel.: 06-26/387-030

Hétköznap 17:00 órától reggel 7:00 óráig

Hétfőn és ünnepnapokon egész nap.

GYERMEKORVOSI ÜGYELET

Szentendre, Bükköspart 27.,

Tel.: 06-26/312-650

Hétfőn és ünnepnapokon:

9:00 – 13:00 óra közt gyermekorvosi ügyelet,

13:00 óra után a központi ügyelet

HÁZIORVOS

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

Pócsmegyer, Ady E u 12., Tel.: 06-26/395-123

Hétfő: 14:00 – 19:00

Kedd: 8:00 – 12:00

Szerda: 13:00 – 17:00

Csütörtök: 8:00 – 12:00

Péntek: 8:00 – 12:00

ÁLLATORVOS

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

Hivatalba történő előzetes bejelentés alapján.

DunakanyarVet Állatorvosi Rendelő

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

ÁLLATPATIKA a szigeten

Tahitótfalu, Hősök tere 15.,

Tel.: 06-70/369-1111

Hétfő – Péntek: ... 8:00 – 11:00 / 15:00 – 16:00

Szombat: 8:00 – 12:00

FOGORVOS

Dr. Kolcsár Attila – fogszakorvos

Pócsmegyer, Ady E. u. 12.,

Tel.: 06-26/395-123, 06-20/422-7092

TB finanszírozott rendelési ideje:

Hétfő: 9:00 – 14:00

Szerda: 9:00 – 14:00

iskola fogászat: 9:00 – 11:00

Csütörtök: 14:00 – 19:00

Kérjük, hogy fogfájással a rendelés első órájában jelentkezzenek!

Magánrendelés:

Kedd: 14:00 – 17:00

Előzetes bejelentkezés: **Szekeres Erika**

Tel.: 06-26/395-123, és 06-20/422-7092

VÉDŐNŐ

Gyöngyösiné Baranyi Mária

Pócsmegyer, Ady E. u. 12.,

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

Kedd 8:30 – 9:30

Szerda 8:30 – 12:30

PÓCSMEGYER – LEÁNYFALU RÉVÁTKELŐ MENETREND

Rudas és Társa Bt., Tel.: 06-70/637-9561

Munkanap		Hétvége és ünnepnap	
Pócsmegyer	Leányfalu	Pócsmegyer	Leányfalu
5:00	5:05	5:00	5:05
5:20	5:25	-	-
5:45	5:50	5:45	5:50
6:10	6:35	6:15	6:35
6:40	6:45	6:40	6:45
*7:00	*7:05	-	-
7:30	7:35	7:30	8:00
7:40	8:00	-	-
8:40	9:00	8:40	9:00
9:40	10:00	9:40	10:00
10:40	11:00	10:40	11:00
11:40	12:00	11:40	12:00
12:40	13:00	12:40	13:00
13:40	14:00	13:40	14:00
*14:10	*14:35	-	-
14:40	15:00	14:40	15:00
*15:30	*15:35	15:40	16:00
16:00	16:05	-	-
*16:30	*16:35	16:40	17:00
17:00	17:05	-	-
*17:30	*17:35	17:40	18:00
18:00	18:05	-	-
18:30	18:35	18:30	18:35
19:10	19:30	19:10	19:30
20:10	20:45	20:10	20:45
21:10	21:45	21:10	21:45
*22:20	**22:30	**22:20	**22:30

Az utolsó járat viteldíja 3.000 Ft !

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

BÉRLETEK: • Dolgozó: 4.800 Ft, • Diák-Nyugdíjas jegy: 2.800 Ft
(minden hó 5-től következő hó 5-ig)

*Az egy csillaggal jelölt járatok csak tanítási napokon közlekednek.

** A két csillaggal jelölt csak előre egyeztetés alapján közlekedik.

Kormányablak Tahitótfalu

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

Nyitvatartás:

Hétfő: 7:00 – 17:00
Kedd: 8:00 – 18:00
Szerda: 8:00 – 20:00
Csütörtök: 8:00 – 18:00
Péntek: 8:00 – 16:00

TŰZIFA ELADÓ!

**Tölgy hasítva 16.500,- Ft/m³
(ömlesztve)**

**Akác hasítva 18.000,- Ft/m³
(ömlesztve)**

A mennyiség a kocsi platóján lemérhető és ellenőrizhető! 1 m³=1 m x 1m x 1m
Köbméteres vásárlás esetén az ár tartalmazza Tahitótfalu 10 km-es körzetében a házhozszállítás költségét is.

**Forester Kft.
Szabó Zoltán
Tel.: 06-20/933-1945**

Hulladékgyűjtés

A szelektív és zöld hulladék zsákok beszerzése

Zöldhulladék gyűjtő zsákok 50 Ft áron, a Szelektív hulladék gyűjtő zsákok térítésmentesen beszerezhetőek az alábbi helyszíneken:

Pócsmegyer Község Önkormányzata (Hunyadi utca 6.),
Ficsor Lászlóné Vegyes Iparcikk (Kossuth Lajos utca 21.)

A kommunális, zöld és szelektív gyűjtések időpontjai:

	Dátum	Kedd
FEBRUÁR	Február 5.	Kommunális
	Február 12.	Kommunális
	Február 19.	Kommunális Szelektív
	Február 26.	Kommunális



Zöld Híd Régió Nonprofit Kft elérhetőségek:
Telefon: 06 (28) 561-200,
Postacím: 2100 Gödöllő, Dózsa György út 69.
E-mail cím: ugyfelszolgalat@zoldhid.hu,
Honlap: www.zoldhid.hu

SMART INGATLAN™

TELJES KÖRŰ INGATLANKÖZVETÍTŐI
SZOLGÁLTATÁSAINNAL ÁLLOK RENDELKEZÉSÉRE!

Virág Olga
Ingatlanszakértő
+3670 622 3636
virag.olga@smartingatlan.hu



SMART INGATLAN .HU

Apróhirdetés

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

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



muszakitahi.hu

MŰSZAKI VIZSGA – 06 30 900 4898

Tahitótfalu, Szabadság út 15.

BENT A TSZ TERÜLETÉN

• EREDETIVIZSGA • KÖTELEZŐ BIZTOSÍTÁS
• OKMÁNY ÜGYINTÉZÉS

INGYENES ÁLLAPOTFELMÉRÉS



GÉPKÖLCSÖNZÉS, JAVÍTÁS, ÉRTÉKESÍTÉS, MUNKARUHÁZAT

MAKITA • DOLMAR • MAKTEC
STIHL • VIKING

AEG • FLEX • HITACHI • METABO • HILTI
BOSCH • DEWALT • SIGMA • AL-KO

Egyéb gépek, alkatrészecskék, tartozékok
csapágyak, szénkefék, szimeringek, ékszíjak,
gyújtógyertyák, légszűrők, porzsákok,
Den Braven ragasztók, Diatech csiszolástechnika,
Fiskars, Stanley

2000 Szentendre, Dózsa György út 20.
– a Lidli mellett –

Tel. 06-26/313-385 • 06-30/500-5448

Nyitva: H – P: 6:00 – 17:00 • Szo: 7:00 – 13:00

kisgepcentrum@postafioek.hu

www.geprakat.hu

simonszerszam.hu • simonkisgep.hu

MÁSÍKRA RAKEN PUHA TAPINTÁSÚ	HÍMZETT FALKARPIT	PÁROS NYAK!	FŐZŐ-EDÉNY	BORÓKA-PÁLINKA MÁLTA AUTÓJELE	RÉTI VIRÁG	ELŐKELŐ OMÁN AUTÓJELE	ÉVEINK SZÁMA ZÁR TESZTI	IDEGFÁJDALOM NEWTON	ZEKE ZAVAR SZELEI!	SMASSZER ES R33 KÖZÖTT VAN	ÜRES NÁD!
			ABBAN AZ IDŐBEN PÁRATLAN OLGAI				CÉG-CSOPORT TÖRZS-SZÁM				
NÖVEL ERŐSÍT				ANGOL NEM MEG- FEJTÉS 1.		GAZDASÁG EGYIK ÁGA MÉLY- FÜRÖ		OSZLOP- SOR SAJÁT TÖMEG			
OROSZ FOLYÓ PERZSEL		GÁZLÓ- MADÁR ÁLLÓVÍZ		KÁRTYA- LETET MÚLT IDŐ JELE			FÉL OBÓLI FIZIKAI TÖMEG NELKÜLI		PÁROS TERCI! EGY PÁR		EG GE
			MEG- FEJTÉS 2. SOR	I							A
ÓVODA	CSÜNG ILYEN SPORT AZ ÚSZÁS		NITROGÉN VEGYJELE ÉN LATINUL	OLD TIMER ARZÉN VEGYJELE		LE ... (24H AUTÓVERS, SZOLMIZÁ- CIÓS HANG		VALAMINT ZÓME			RÓMAI 50 TROMBÍFA- HANG
		MEGÓRÓL FŐZELEK- NÖVENY					SZOLGÁLTATAT, AD DÓF			PÁRATLAN TUFAI ÉRTEKE- ZÉS	
SZÖKÖL- KÓDÓ					VÍZPARTI NÖVENY RÉGES RÉGI		ÉPÜLET- SZÁRNY TOLVAJ- NYELV			ERIKA BECEZVE FEJÉR M-I KÖZSÉG	
ZAMBIA AUTÓJELE ÜRES BESZED	NAGYON RÉGI TÖMZSI			KÖSŐ HANGZÓI! ...ET LABORAI		BADARSÁG ZENÉBEN: ERŐSEN					
			RUHÁT TISZTÍT MEG- GYÓZÓDÉS		KÜT JELZŐJE LEHET PLACC			BLOKKO- LÁSGÁTLÓ SEMMIKOR			KÖZÉPKÖRI SAJTIFÉL- SEG
TÉMÁK ÖSSZE- SÉ- GE	ÖKLEL AZ ELEJÉNT SZANTÓ- ESZKÖZ		LAKLI HAJÓ HÁTSÓ RÉSZE			ERBIUM VEGYJELE REMEG A VEGÉN!	NEHÉZ- FÉM FI!		AMA DOLGON NDK-S MOTOR		PEST M-I TELEPÜLÉS KÖZÉPEN CSÚSZO!
ÓKÓR RÉSZEI! SEBET ELLÁT		ALBÁN HÍR- ÜGYNÖK- SEG FÉLÓTI			HÍRES EGYETE- MŰNK ENERGIA		TOKAJI VAN ILYEN SPANYOL AUTÓJEL				DONGÓ ELEJEI! ZAMBIA AUTÓJELE
			EG GE	S				ÁGAZAT			

+36 30 596 7581



FICZEK
alakformáló torna



Hétfő - Szerda - Péntek
18.30 – 19.30

Civilek Háza – Surány
Akácós u. 17.

*Gyere el
Te is!*

Minden, ami kert!

- Telektisztítás
- Fűkaszás
- Fakivágás
- Kertkarbantartás
- Füvesítés
- Növényültetés
- Permetezés
- Zöldhulladék elszállítás

Hívjon bizalommal!
Csereklýe Csaba
Tel.: 06-20 8228502
e-mail: csaba.csereklýe@gmail.com



Kishírek a nagyvilágból

Ösztönösen választunk forró italt

Kávét vagy teát iszik szívesebben? Egy új kutatás szerint a rutinnak tűnő választás kérdésére a géneinkben van a válasz.

Az illinoisi Northwestern Egyetem kutatói állítják, hogy egyszerű genetikai hajlam terelget minket bizonyos esetekben a kávé, más alkalmakkor a teázás felé. A tanulmány eredményei segítenek megérteni azokat a tényezőket, amelyeket ösztönösen használunk, amikor valamilyen forró italt választunk – mondta Dr. Marilyn Cornelis, a kutatás társszerzője a The Guardiannak. – „Különösen az ízváltásra figyeltünk oda, valamint arra, hogy miből, mennyi mennyiséget fogyasztunk.”

A Scientific Reports című szaklapban publikált tanulmány két adatkészletből gazdálkodott. Az első azt mutatta, hogy az európai származásúaknál bizonyos genetikai változatok szorosan kapcsolódnak a különböző ízek érzékeléséhez. Ebből azt is látták, hogy egyes embereknek a keserű íz a koffeinhez, a másik csoportnak a kininhez, a harmadiknak pedig a propiltiouracilhez kapcsolódott. A kutatók másik forrását az Egyesült Királyság Biobankjának adatai jelentették: 37 és 73 év közötti, több százezer alany genetikai adatait vizsgálták, beleértve az egészségügyi információkat, és azokra a kérdésekre adott válaszokat, amelyekben a résztvevők arról számoltak be, hogy naponta milyen és hány csésze forró italt fogyasztanak. / *Forrás: origo.hu*

Valami nagyon furcsa és nagyon forró rejtőzik az Antarktisz jégta- karója alatt

A Scientific Reports-ban publikált tanulmány szerint egy hatalmas kiterjedésű forrópont található a Déli-sark alapközete alatt.

A kutatók szerint a hőt a felső kéreg szokatlanul radioaktív kőzetei, valamint geotermikus folyamatok generálhatják – számolt be az IFL Science cikke alapján az Origo.hu. „Nagyon izgalmas volt felderíteni bolygónk egyik utolsó, teljesen feltérképezetlen területét. Eredményeink meglehetősen váratlanok voltak, mivel a legtöbben úgy gondoltuk, az Antarktisz e régióját ősi, hideg

sziklák alkotják, amik szinte semmi hatást nem gyakorolnak a felettük húzódó jégtömbökre” – írta a tanulmány vezető szerzője, dr. Tom Jordan.

Egyelőre nem tudni, milyen hosszú ideje lehet a forrópont az Antarktisz mélyén, elképzelhető, hogy csupán néhány ezer éves, de az sem kizárható, hogy ennél jóval ősbibb, és kora a több millió évet is elérheti. Az viszont egészen bizonyos, hogy a környezeti viszonyok változásával, a globális felmelegedés folytatódásával ez a térség különösen sérülékennyé válhat. / *Forrás: origo.hu*

Miért bűdös az ázott kutya?

Mindenki, akinek valaha volt kutyája, ismeri a jelenséget: az eb szárazon semleges kutyaillatú, azonban amint víz éri, szörnyű szagokat kezd árasztani magából.

Teljesen mindegy, hogy az eső, egy folyó vagy tó vize, esetleg a kádban a zuhany a víz forrása, a hatás garantált. A kutya nem bűdös, a víz nem bűdös, a vizes kutya mégis bűdös. Vajon miért lehet ez? Amikor ránézünk egy kutyára, egy élőlényt látunk, pedig valójában az eb szőrében baktériumok, gombák, különféle mikrobák milliói tenyésznek. Ez mindennapos dolog az élővilágban, az ember emésztőrendszerében is milliárdos baktériumflóra lakik, és ez így is van jól, egy csomó hasznos dolgot végeznek a szervezet számára. Ahogyan a kutya bundájában éledelő mikroorganizmusok is. Csakhogy, a jól nevelt kutyákkal ellentétben, ezek a mikrobák egyáltalán nem szobatiszták, és az emésztésük végeredményét jobb híján otthagyják a szőrszálak között.

A víz pedig ezeknek a mikroorganizmusoknak a végtermékeit feloldja, aztán párolgásba kezd, és így kijut a szőrből a levegőbe, onnan meg az orrunkba, ahol mi megérezzük a szagukat. Érdekes módon ezek egyenként egyáltalán nem bűdösek, a benzaldehid szaga például a mandulára emlékeztet, a fenil-acetaldehid pedig egyenesen virág- vagy mézillatú. Együtt azonban kimondottan kellemetlen szagú elegyet alkotnak.

Az ázott kutya szaga tehát valójában mikrobák széketének vizes elegye. Nem túl kellemes elképzelés, de hát a trópusi

tengerpartok csodálatos fehér homokja meg konkrétan a papagájhal ürüléke és azt nem csak szagoljuk, hanem még bele is fekszünk és jól érezzük magunkat tőle. / *Forrás: index.hu*

Csiperke gomba fején termelnek bioáramot

Amerikai kutatók most létrehozta egy bionikus gombát, amely önállóan tud áramot termelni – számolt be a USA Today.

Az már ismert volt a biomérnökök előtt, hogy a cianobaktériumok segítségével lehet áramot előállítani, de eddig ez csak rövid ideig sikerült, mert az ehhez használt mesterséges felületeken nem sokáig húzták a korábban kékoszatként ismert mikrobák. A Stevens Institute for Technology kutatói ezúttal is cianobaktériumokat használtak, amelyek a növényekhez hasonlóan fotoszintézisre képesek. A korábbi próbálkozások után ezúttal új gazdafelülettel próbálkoztak a szakemberek, és arra jutottak, hogy a kétspórás csiperke ideális lehet. A hosszabb áramtermelés volt a cél és a kétspórás csiperkén a cianobaktériumok tovább tudnak életben maradni, valamint a gomba alakja miatt a napfényt is hatékonyan tudják begyűjteni.

A bionikus gomba létrehozásához 3d nyomtatóval előállítottak két elektromos tinta mintázatot. Az elsőben voltak a baktériumok, a másodikban pedig grafén nanoszalagok, amelyek összegyűjtötték a megtermelt áramot. Mindkét mintázatot a gomba fejére erősítették. A rendszerben a mikrobák fotoszintézis útján termelnek, míg a gombák biztosítják az ideális körülményeket.

A baktériumos gombaszervezet 65 nanoamper erősségű áramot tud előállítani. Egyetlen példány egymagában nem elég ahhoz, hogy meghajtsjon egy árammal működő használati tárgyat, de a kutatók szerint többet összekapcsolva fel tudnak gyűjtani vele egy ledet. A mikrobák és nanoanyagok integrációjának további fejlesztésétől a kutatók azt várják, hogy a jövőben még hatékonyabb bioelektromosság-forrást fognak tudni előállítani. / *Forrás: index.hu*

Madarakról mindenkinek – a bütykös hattyú

Madarak a téli Dunán

A bütykös hattyú a récefélék családjába tartozó madárfaj. Minden télen megjelenik a Dunán, amely később fagy be, mint az állóvizek. A XIX. században eltűnt Magyarországról, csak az 1970-es években jelent meg újból, mint fészkelő faj. Mivel jól alkalmazkodik az ember jelenlétéhez, városi parkok tavain is megtelepedett. Európában és Ázsiában elterjedt faj, azonban az ember betelepítette Az USA-ba, Ausztráliába, Új-Zélandra, Dél-Afrikába, Izlandra. Rokonai az énekes és kis hattyú Európában, a fekete hattyú Ausztráliában, a feketenyakú hattyú Dél-Amerikában és a trombitás hattyú Észak-Amerikában.

A bütykös hattyú az egyik legnagyobb testű röpképes madár, testhossza 145-160 cm, a szárnyak fesztávolsága több mint 200 cm, testtömege 9-14 kg, a hím nehezebb és nagyobb, mint a tojó. A felnőtt madár tollazata hófehér, a fiatalok szürkés-barna színűek, harmadik életévükre fehérednek ki teljesen. Csőre vörös, a tövénél levő bütyök és bőr fekete, úgyszintén fekete a lába is. A hímek a tojótól nagyobb testmérete és mérete-sebb bütyke különbözteti meg. Úszás közben hosszú nyakát S alakban tartja, repülés közben azonban teljesen kinyújtja. Repülés közben szárnyának evezőtollai messziről hallható fütyülő hangot adnak. Mint általában a récefélék, a hattyú is egyszerre vedli le az összes evezőtollát, így 6-8 hétre teljesen röpképtelenné válik.

A bütykös hattyú állóvizek vagy lassú folyású folyók mentén költ, táplálékát a vízben vagy vízparton találja meg, ennek nagy részét növények teszik ki, de állati eredetű táplálékot is fogyaszt, rovarokat, apró halakat, kagylókat. Hosszú nyakának köszönhetően a vízfénéről is táplálkozik, ilyenkor feje és nyaka teljesen a víz alatt van, teste pedig merőlegesen áll a vízfelszínre (görgicsél), vagy csak a fejét és nyakát meríti a vízbe. Napi 3-4 kg növényt fogyaszt el.



bütykös hattyú család

Ivarérettségét 2-3 éves korában éri el, a kialakult párok életük végéig együtt maradnak. Az udvarlás már télen elkezdődik, ilyenkor a párok egymás mellett szorosán úszva a nyakukat ütemesen mozgatják, hajlongnak és csőrüket a vízbe mártják, sokszor átkulcsolják egymás nyakát. Több méteres fészket a vízhez közel, nádasokban építik, a tojó rakja a fészket, a hím hordja a fészkek anyagát. A fészket több évig is használják. A tojó 6-7 tojást rak nagyjából két naponként, egyedül költi ki, a hím őrzi a fészket és elzavarja a betolakodókat. A kotlás 34-38 napig tart, a fiókák a kikelés után követik szüleiket, azok gyakran a hátukon szállítják őket. A kotlási időszakban a hím nagyon agresszív, az embert is megtámadja.

A bütykös hattyú vonuló madár, eközben akár 1000 km-t is megtehet. Magyarországon a nagyobb fagyokig a Balaton és a Velencei tó szolgál gyülekező helyként,



aluminium és műanyag gyűrűs hattyú



görgicsélő hattyúk a Dunán



elől a tojó, hátul a hím bütykös hattyú

amikor ezek a tavak befagynak, a Dunára és Drávára telepednek át. A hattyúk gyűrűzésére a szokásos alumínium gyűrű mellett lábra és nyakra tehető színes műanyag gyűrűt is használnak, melyet távcsővel vagy digitális fényképezőgéppel messziről le lehet olvasni. A Magyarországon gyűrűzött vagy visszafogott bütykös hattyú által megtett legnagyobb távolság több mint 3000 km. A legidősebb madár közel 20 éves volt. 1951-től kezdve közel 9000 példányt gyűrűztek meg.

Ellentétben a kis énekes madarakkal, a vízi madarakat nem szabad etetni, mert ezzel ártunk nekik, megbetegítjük és pusztulásra ítéljük őket, hívja fel a figyelmet a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület. Az etetés káros hatásai közül kiemelnek néhányat. A hosszan tartó, kenyérrrel történő etetés az „angyalszárny” nevű betegséget okozza, ez azt jelenti, hogy deformálódnak a szárnyak, az evezőtollak oldalirányban kifele nőnek és repülésre képtelenné teszik a madarat. A mesterségesen fenntartott táplálékhiány kikapcsolja a téli túléléshez nélkülözhetetlen vonulási viselkedést. Növeli a zsúfoltságot, ebből eredő agressziót, ami sérülésekhez vezet. Rengeteg vízimadarat vonz olyan helyekre, amelyeknek nincs önfenntartó képessége. Szennyezi a környezetet, növeli az eutrofizációt (elmocsarasodás). Elősegíti a fertőző betegségek terjedését. A már nyáron megkezdett etetés miatt a vízi madarak nem vonulnak el, a befagyó vizekben ott maradó vízi madarak belefagyhatnak éjszaka a jégbe, mivel a madár láb olyan felépítésű, hogy nem érzékeli az egyre hűlő víz hőmérsékletét. Ezért a vízi madarakat **SOHA, SEHOL, SEMMI-VEL NE ETESSÜK!**

A bütykös hattyú Magyarországon 1954 óta védett, eszmei értéke 25 ezer forint.

MOLNÁR LIDIA



a hattyú nyújtott nyakkal repül

Csillagok nyomában

KEPES ANDRÁS



2019. március 23. szombat, 18:00 óra
Pócsmegyer Rendezvényközpont

Kepes András az első volt, aki a Magyar Televízió képernyőjén sztárinterjúkat készített Hollywoodban, Cannes-ban, Berlinben, Tokióban, New Yorkban, Latin-Amerikában, és a Nobel-díj átadásokon. Mikrofonja előtt megszólaltak világhírű színészek, a filmtörténet jelentős rendezői, filmesei valamint Nobel-díjas írók - Woody Allen, Gina Lollobrigida, Donald Sutherland, Jean Marais, Denis Hopper, Fernando Rey, Alexander Trauner, Elia Kazan, Federico Fellini, Martin Scorsese, Billy Wilder, Lindsey Anderson, Bernardo Bertolucci, García Márquez, Alejo Carpentier, Julio Cortázar, Mario Vargas Llosa és mások -, de eljutott a Dalai láma udvarába és Amazónia őserdejébe is. Az ekkor átélt élményeiről, kalandos útjairól, a sztárok becserkészéséről, a színpalak mögötti világról mesél vetítéssel egybekötött műsorában.

Jegyár 2.500 Ft

PRK
PÓCSMEGYER
RENDEZVÉNYKÖZPONT

Jelentkezni a prk@pocsmegyer.hu e-mail címen, vagy személyesen a **Pócsmegyer Rendezvényközpontban** (2017 Pócsmegyer, Kossuth u. 27.)

További programok a prk.pocsmegyer.hu weboldalon.