



Sukorói Hírforrás



Kedves Olvasónk!

Az idei téli időjárás, alaposan próbára tett mindannyiunkat. Elég csak viszagondolnunk a hosszantartó ködös, kemény hideg-járó ónos eső okozta közlekedési

nehézségekre országszerte. A változó halmazállapotú csapadék településünkön is komoly károkat okozott az út és csatornahálózatban, ingatlanokban. Néhány napja azonban valóban beköszöntött a tavasz, minden szépségével együtt. Portáinknál, a házunk körül, az ingatlanunkhoz tartozó közterületeken kezdetét veszi a tavaszi nagytakarítás. Szívesen megyünk ki kertjeinkbe, hogy veteményezzünk, virágot ültessünk, fákat metszünk és permetezzünk. Rengeteg ilyenkor a teendő, de mindegyik folyamat nélkülözhetetlen ahhoz, hogy az év folyamán gyönyörködhesünk kertünk, termőföldjeink településünk szépségében, tisztaságában és élvezhessük a bőséges termés minden előnyét.

Ahogy a föld művelése, gondozása is egy folyamatos törődést igényel, hiszen a jó gazda is féltve óvja javait, úgy kell az Önkormányzatnak is működnie, a jó gazda gondosságával folyamatos törődéssel a mindennapi élet problémái és a kötelező feladatok ellátása során.

Képviselő-testületünkkel egyetértésben az idei évi költségvetést is a legnagyobb körültekintéssel, a lehető legjobb gazdálkodásra alapozva állítottuk össze és fogadtuk el. A fejlesztések, beruházások nagy részét, mint ahogy az elmúlt években is, pályázati úton kívánjuk megoldani, ezzel is biztosítva településünk és intézményeink biztonságos, zavartalan működtetését.

Településünkön valamennyi buszöböl és a buszforduló nagyon leromlott állapotban van. A tömegközlekedésben résztvevők számára balesetveszélyes a buszra való felszállás és leszállás. Önkormányzatunk számára első számú szempont a lakosság biztonságos és a 21. században elengedhetetlen minőségi közlekedés feltételeinek a biztosítása. Kiemelkedően fontosnak tartjuk a szükséges felújítási munkákat, valamint a kapcsolódó járdarészek, vízelvezetők kialakítását. Nem mellőzhető a Kőbánya úti megállóban két buszváró telepítése sem. Sajnos ezekre a munkákra sem az előző években nem volt pályázat kiírva és a jövőben sem látjuk pályázati úton a megvalósítás lehetőségét. A fejlesztés viszont már nem várthat tovább magára, ezért azt önerőből, saját költségvetésünk terhére valósítjuk meg még ebben az évben. A KNYKK-tól azt az ígéretet kaptuk, hogy a buszforduló kialakítása után, modern, alacsony lépcsős új típusú buszokra cserélik a régi járműveket. Azon leszünk, hogy az ígéret realizálódjon!

Vis maior pályázat elnyerésével lehetőségünk lesz a Kőbánya út, Völgy utca, valamint a Csúcsoshegyi út javítására. A forrást a munkálatok elszámolásáig önerőből kell megoldani. A 70%-os támogatás csak az elszámolás után hívható le. A munkálatokat november végéig kell befejezni.

A nem konszolidált önkormányzatok számára kiírt és elnyert pályázati forrásból a Körös utca felújítása is a tervek között szerepel, szintén idei évi kivitelezéssel. Mivel ebben az esetben sem csak az út felújításáról beszélünk, a munkálatok összehangolása – vízelvezetés, buszöböl felújítás, járdacsatlakozás, közvilágítás stb. fontos, időigényes és kiváltképp szükséges.

A leendő beruházások, fejlesztések, javítások kapcsán minden alkalommal időben fogjuk értesíteni a tisztelt ingatlan tulajdonosokat a munkák megkezdésének időpontjáról.

Nagy örömünkre szolgál, hogy a Nemzeti Szabadidős – Egészség Sportpark Program sikeres pályázatunk keretében új, modern sportparkot hozhatunk létre a fehérvári úti játszótér melletti zöld övezetben. A munkálatok hamarosan elkezdődnek. A korábban elhelyezett sporteszközök felújításra kerülnek, emiatt egy időre beszedtük őket. Buzdítok arra minden korosztályt, hogy töltsék aktívan szabadidejüket, válasszák a mozgás-gazdag életmódot a hamarosan birtokba vehető szabadterei létesítményen is.

A nyári időszakra felkészülve szeretnék néhány gondolatot megosztani Önökkel:

Mi, akik ezen a csodálatos természettel megáldott nyaraló övezetben, Sukorón ill. Sukoró üdülőfaluban élünk, tudatában voltunk az ideköltözésünkkel, hogy ahol telket, nyaralót, vagy lakóházat vásárolunk, az, a térség adottságait illetően, a Velencei tó meghatározó létéből kifolyólag, milyen funkciót tölt be, vagyis tisztában kellett, hogy legyünk azzal a ténnyel, hogy településünk egyfelől lakóhelyeink, de ugyanakkor turisztikai központ, nyaralóövezet, kirándulóhely is, ahol turistákkal, nyaralni érkezőkkel, szabadságukat itt eltöltő vendégekkel találkozunk, akik hosszabb, rövidebb ideig itt tartózkodnak, ezalatt pihennek vagy éppen szórakoznak, kikapcsolódnak.

Fentiekből adódóan a település összetétele, főleg a szezon időszakban igen heterogén - amely magában hordozza az élénkebb, zajosabb néhány esetben a disco zenétől, vagy éppen a mulatók zenétől hangosabb estéket, éjszakákat. Ezzel is számolnunk kellett. Aztán számolnunk kellett azzal is, hogy a nyaralótulajdonosok sok esetben csak a hét végeken tudnak a nyaralójuk

körül, a kertekben, a telkeken kerti munkálatokat, pl. fűnyírást végezni. Azzal is tisztában vagyunk, hogy sokuknak hobbija, vagy éppen szükséges kiegészítő munkája van, amelyet garázsban, vagy éppen pincében folytat. Ez is sok esetben zajos és sokakat zavaró körülmény.

Állampolgárként, sukorói lakosként és polgármesterként is, toleranciára, megértésre, egymást, tisztelve, családok, idősek pihenését szem előtt tartva kérek mindenkit, hogy figyeljen a környezetében élőkre, így szomszédokra, hogy igyekezzen a zajjal járó munkálatokat lehetőleg nem pihenőidőben végezni. Példaként említeném, hogy a vasárnap ebéd utáni időszak, 17 óráig mindenképpen pihenő időszakra tekintendő. Úgy gondolom, hogy a nyugodt, békés egymás mellett élés szándékával, minden kedves lakos és nyaralótulajdonos megtalálja azt a megfelelő időszakot és körülményt, akár a fűnyírásra, akár más, zajjal járó munkára /zárt ajtó/, amivel nem zavarja a pihenni vágyókat. Fentiekre mindenki szíves figyelmét kiemelt kéréssel felhívom.

Magyarországunk legnagyobb nemzeti ünnepe március 15-e! Ez alkalomból szeretettel hívok minden kedves állampolgárt 2017. március 15-én tartandó megemlékezésünkre!

Petőfi Sándor: 15-dik márczius 1848.

*„Magyar történet múzsája,
Vésd soká nyugodott,
Vedd föl azt s örök tábládra
Vésd föl ezt a nagy napot!*

*Nagyapáink és apáink
Még egy század elhaladt,
Nem tevének annyit, mint mink
Huszonnyégy óra alatt...”*

Mindenkinek „aranyesős” tavaszt,
Jó egészséget kívánok!

Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva
polgármester

MEGHÍVÓ

**Sukoró Község Önkormányzatának
Képviselő-testülete szeretettel meghívja
és
várja Sukoró lakosságát az**

**1848. MÁRCIUS 15-e emlékére tartandó ünnepségre
2017. március 15-én (szerda) 10.00 órára
Sukoró Kultúrházába**

Ünnepi műsor:

- **Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva polgármester köszöntője**
- **Iskolásaink műsora**
- **Kardos Ábel tiszteletes úr ünnepi méltatása**
- **Récei Norbert plébános úr ünnepi áldása**
- **Közös koszorúzás a kopjafánál**



Önkormányzati hírek

A KÉPVISELŐ - TESTÜLET HÍREIBŐL

Sukoró Község Önkormányzatának Képviselő- testülete 2016. december 8-án tartott testületi ülésén az alábbi ügyeket tárgyalta:

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testülete Sukoró Község Önkormányzatának I-III. negyedéves gazdasági tájékoztatóját megismerte és elfogadta.

A 2017. év belső ellenőrzés tervét az alábbiakban hagyta jóvá:

Sukoró Község Önkormányzatának pénzügyi-számviteli szabályszerűségi vizsgálata

Az ellenőrzés célja: annak megállapítása, hogy Sukoró Község Önkormányzatának pénzügyi – számviteli tevékenysége megfelel – e a hatályos jogszabályi előírásoknak, rendelkeznek-e a kötelezően előírt számviteli szabályzatokkal, azok előírásai a gyakorlatban érvényesülnek-e; a bizonylatok alaki-tartalmi megfelelősége rendben van-e.

A Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjpályázat keretén belül a 2016/2017. tanév II. félévre és 2017/2018. tanév I. félévre 10 hónapos időtartamra 6 fő sukorói hallgatónak ítélt meg 5.000,- Ft-os havi támogatást.

Megállapodást és vagyonkezelési szerződést kötött a Klebelsberg Intézményfenntartó Központ Székesfehérvári Tankerületével.

A képviselő-testület a Sukorói Hagyományörző Egyesület 8096 Sukoró, Óvoda utca 2/A. székhely használatához hozzájárult és megadta a székhelyhasználatot igazoló nyilatkozatát, továbbá 100.000,- Ft, támogatást biztosított a 2017. évben Sukoró település kulturális életében ellátandó közcélú tevékenységekhez.

Döntött a magántulajdonban lévő Sukoró 701/2 hrsz., 700/2 hrsz., 711 hrsz. ingatlanokkal és az Önkormányzat tulajdonában lévő 701/1 hrsz. és 2557 hrsz-ú ingatlanokkal kapcsolatos 170 m² területet érintő cseréről.

A Sukoró Futball Club részére 70.000,- Ft. támogatást biztosított a csapatfelszerelés elszámolásához.

Döntött arról, hogy az önkormányzati utak kezeléséhez, állapotjavításához, karbantartásához szükséges erő- és munkagépek beszerzése céljából és a Kulturális Intézmények tanulást segítő infrastrukturális fejlesztéseiről kiírt pályázaton részt kíván venni.

Döntött arról, hogy él a lehetőséggel

és önálló átadási pontokkal le szeretné választani az önkormányzati tulajdonú vízközmű rendszert (szennyvíz) 2017. június 30-ig.

Sukoró Község Önkormányzatának Képviselő- testülete 2017. február 10-én tartott testületi ülésén az alábbi ügyeket tárgyalta:

Döntött a Képviselő-testület 2017. évi munkatervének megállapításáról:

Február

1. A képviselő testület tagjainak vagyonnyilatkozat tételi kötelezettsége (határidő: 2017. január 1-től számított 30 nap)
2. 2017. évi összesített közbeszerzési terv
3. Sukoró Község Önkormányzat és intézményei 2017. évi költségvetése (Ktv. hatálybalépését követő 45 nap)
4. Egyebek

Március

1. Sukoró Község Önkormányzat 2016. évi költségvetésének módosítása
2. A Sukorói Óvoda vezetőjének tájékoztatója a tagóvoda működéséről
3. Egyebek

Április

1. Zárszámadási rendelet és beszámoló Sukoró Község Önkormányzat 2016. évi gazdálkodásáról, a költségvetés végrehajtásáról
2. Belső ellenőrzési éves összefoglaló ellenőrzési jelentés
3. Felsővárosi Általános Iskola Sukorói Tagintézmény vezetőjének tájékoztatója
4. I. negyedévet követő gazdasági beszámoló
5. Egyebek

Május

1. Beszámoló (rendőrkapitányság) Sukoró község közbiztonsági helyzetéről, a közbiztonság érdekében tett intézkedésekről és az azzal kapcsolatos feladatokról
2. Az önkormányzat gyermekjóléti és gyermekvédelmi feladatainak ellátásáról átfogó értékelés (határidő: 2017. május 31.)
3. Egyebek

Június, Július, Augusztus, Szeptember szükség szerint

1. Sukorói Családi Bölcsőde felada-

2. II. negyedévet követő gazdasági beszámoló

Október

1. Közmeghallgatás kitűzése, előkészítése
2. A helyi adókról szóló önkormányzati rendelet felülvizsgálata, módosítása (szükség esetén)
3. Egyebek

November, December

1. Közmeghallgatás
2. Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testülete 2018. évi munkaterv
3. 2018. évi belső ellenőrzési terv elkészítése
4. III. egyedévet követő gazdasági beszámoló
5. A települési szilárd hulladékkal kapcsolatos hulladékkezelési helyi közszolgáltatásáról szóló önkormányzati rendelet módosítása (szükség esetén)
6. Egyebek

Tárgyalta a Sukorói Családi Bölcsőde kialakításának lehetőségét de a döntést az ellátást igénybe vevők számának és a kialakítás pontos költségének megismeréséig elhalasztotta. Az előkészületi munkák, felmérések jelenleg is folynak. Döntött a HUMÁN Család- és Gyermekjóléti Szolgálat Társulás tagdíjának és intézményi működési hozzájárulás és a Velencei Központi Orvosi Ügyeleti Társulás tagdíj biztosításáról.

Döntött a 2017. évi összesített közbeszerzési tervről:

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

Közbeszerzési eljárás tárgya:

1. Útfelújítási munkák (Körmös utca és vis major esetkörébe tartozó és egyéb utak)
 2. Buszből felújítási munkák és buszvárók kialakítása, felújítása
 3. Fogorvosi rendelő kialakítása
 4. Piac kialakítása
 5. Szennyvízcsatorna rendszer leválasztása, szakaszolása
 6. Sukorói Családi Bölcsőde kialakítása
- A közbeszerzési eljárás indításának tervezett ideje: 2017. évben folyamatosan
Eljárás típusa: hirdetmény nélküli tárgyalásos eljárás A terv az év folyamán módosítható.

Döntött a sukorói 1178/33 hrsz-ú terület egy részének (63 m²) magáncélú használatáról.

A Sukoró-Velencetavi Horgász Egyesület részére 54.625,- Ft támogatást biz-

tosított a 2016. évi falunapi rendezvény költségeinek utólagos elszámolásához.

A Sukorói Futball Club 8096 Sukoró, Óvoda utca 2/A. székhely használatához hozzájárult és megadta a székhelyhasználatot igazoló nyilatkozatát.

Tárgyalta a Sukorói Óvoda beiratkozásának-, nyári zárva tartásának időpontjáról és az alábbi döntést hozta:

1.) A Sukorói Óvoda beiratkozásának ideje: 2017. április 18., 19., 20. 9-15 óráig

2.) A Sukorói Óvoda nyári zárva tartásának ideje: 2017. augusztus 1-31-ig

A Velencei Központi Orvosi Ügyeleti Társulás és a Társulás keretében együttműködő a Társulás tagi Önkormányzatai, valamint a Velencei-tavi Kistérségi Járóbeteg Szakellátó Közhasznú Nonprofit Kft. között 2012. október 1-i hatállyal létrejött ellátási szerződést módosította.

Az üléseken az alábbi rendeleteket alkotta:

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testületének 10/2016. (XII.08.) önkormányzati rendelete a szociális célú tűzifa támogatás igénylésének helyi szabályairól

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testülete 1/2017. (II.10.) önkormányzati rendelete Az önkormányzat vagyonáról és a vagyongazdálkodás szabályairól szóló 2/2012. (III. 01.) önkormányzati rendelet módosításáról

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testületének 2/2017. (II.10.) önkormányzati rendelete az önkormányzat vagyonáról és a vagyongazdálkodás szabályairól

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testülete 3/2017. (II.10.) önkormányzati rendelete A helyi népszavazás kezdeményezéséhez szükséges választópolgárok számáról szóló 9/2014. (IX. 26.) önkormányzati rendelet módosításáról

Sukoró Község Önkormányzat Képviselő-testülete 4/2017. (II.10.) önkormányzati rendelete a Képviselő-testület és szervei szervezeti és működési szabályzatáról szóló 11/2014. (XI. 24.) önkormányzati rendelet módosításáról

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

Sukoró, 2017. február 23.
dr. Berzsenyi Orsolya
jegyző

Önkormányzati hírek



Sukoró Iskolájáért Közalapítvány

Az Alapítvány továbbra is településünk iskolásai és óvodásai számára az oktatás-nevelés színvonalának emelését, a tárgyi feltételek javítását, a szabadidő tartalmas eltöltésének segítségét támogatja. Hangsúlyt fektetünk az egészséges életmódra nevelés elősegítésére, a kulturális hagyományok megóvására, átörökítésére, környezetvédelemre, továbbá a nemzetközi kapcsolatok kialakítására és fenntartására. A 2016-os év is tevékenyen zajlott az alapítvány életében: többször fuvaroztuk iskolásainkat, óvodásainkat, pedagógusainkat, tárgyi eszközökkel támogattuk a két

oktatási intézményünket, fogadtuk a Télapót. (Korábbi Sukorói Hírforrásokban részletesen írtunk róla.) Köszönhetjük mindezt a jól sikerült programjaink nyereségének és az Önök támogatásának.

Kérjük, lehetőségükhöz mérten támogassák 2017-ben is Sukoró gyermekeinek fizikális és mentális fejlődését anyagilag vagy egyéb módon!

Az Alapítvány továbbra is szeretettel fogadja adójuk 1%-kát.

Sukoró Iskolájáért Közalapítvány adószáma: 18491373-1-07
Bankszámla száma: 17600121-00578068-00200004
E-mail címe: sukialapitvany@gmail.com

PÁLYÁZAT

Sukoró Község Önkormányzata pályázatot hirdet a Szép, Tiszta, Rendezett Sukoróért címmel.

A tiszta, szép környezet minősíti az embert és környezetét, a helyet ahol élünk. Mindannyiunk számára fontos, hogy milyen a közvetlen és tágabb környezetünk állapota, minősége.

A rendezett ember rendet teremt maga körül, és nem áll meg kerítése határinál. A rendet kiterjeszti a közterületekre, hozzájárulva ezzel egy élhető, gyönyörű településhez.

A jól végzett munka eredménye, az igényesen formált és gondozott környezet minősít minket itt élőket. Meghatározó

számunkra egy elfogadott magas színvonalú értékrendet, amely példaértékű lehet az idelátogatók számára is.

A nyertes az az utca lehet, ahol valamennyi épület karban tartott, az épületekhez tartozó kertek, előkertek egyaránt gondozottak. A teljes utcakép Sukoró arculati elemeit megtartó, virágos, gondozott, ápoltságát mutat. A bíráló bizottság tavasztól nyár végéig járja Sukoró utcáit, végül pedig a Sukorói Hírforrás 2017. szeptemberi számában kerül kihirdetésre a nyertes Szép utca.

Elnyerhető díj: egyedi, egységes tervezésű, az utca arculati elemét tükröző kerámia utcanév és házszám tábla.



Illegális szemétlерakás

Az illegális szemétlерakás évek óta problémát jelent a Velencei-tó térségében, kiemelt helyen említve a tó menti utakat, erdős területeket.

A nyári időszakban kiugróan magas a lerakott szemét mennyisége, de sajnálatos módon télen, a nyaralók számának csökkenésével a hulladék csökkenésének száma nem egyenesen arányos.

A Sukoró-Velencetavi Horgász Egyesület és Sukoró Község Önkormányzata közös szervezésével a helyi óvodásokkal, iskolásokkal, valamint az önkéntes lakosokkal minden évben tavasszal együttes erővel igyekszik felszámolni a végeláthatatlan szeméthalmokat. A Falugazda szolgálat pedig egész évben

fáradhatatlanul dolgozik többek között a sukorói strand és az azt övező útszakaszok megtisztításán, hogy minden arra járónak élhető, élvezhető legyen környezetünk szépsége.

Csak így működik: együttes erővel, odafigyeléssel, példamutatással. Hiszen már nem csak a környezet védelme az elsődleges, hanem az is, hogy a minket követő generáció milyen példát látva nő fel.

Hasznos tipp: A szelektív hulladékgyűjtéssel lényegesen kevesebb kommunális hulladék keletkezik.

Óvjuk környezetünket és annak jó hírét!



TISZTÍTSUK MEG SUKORÓT!

Sukoró Község Önkormányzata a civil szervezetekkel és a helyi lakossággal együttműködve lakókörnyezetünk megtisztítása céljából szemétszedést szervez

Az összegyűjtött hulladékot a falugazda szolgálat a következő napon a kijelölt lerakóhelyekről összegyűjti.

**2017. április 08-án, szombaton,
reggel 8.00 órai indulással.**

A szemétyűjtéshez szükséges zsákok, kesztyűk a fenti napon 8.00-9:00 óra között átvehetők a polgármesteri hivatal parkolójában.

Kérünk minden Sukoróért és a természetért felelősséget érző embert, hogy mindenképpen vegyen részt a programon, - ha nem jön velünk, akkor szomszédjaival közösen tisztítsák meg az ingatlan előtt lévő közterületet és a hozzá tartozó árkokat!



Gyerekszemmel a világ

Kergessük el a telet!

A farsang mindig is arról szólt, hogy hangoskodással, zajkeltéssel elűzzük a telet, s tudtára adjuk a tavasznak, hogy már nagyon várjuk. Az idei hosszú tél után ez azt hiszem teljesen érthető igénye mindenkinek.

Az iskolában évről-évre fergeteges farsangi bulival próbáljuk elijeszteni a hideget. Az idén ez a bulis nap február 3. volt.

A gyerekek már a téli szünetről visszajöve elkezdtek tervezgetni jelmezeiket, próbálták egymás maskaráit kifürkészni. Folyton a farsangról beszélgettek, kérdezgettek.

Végre elérkezett a várva-várt nap.

Reggel – szokás szerint – korcsolyázni indultunk Székesfehérvárra, majd onnan visszaérkezve kezdetét vette a szórakozás.

Mindenki jelmezt öltött. A rengeteg érdekes és szebbnél-szebb öltözetnek csak a képzelet tudott határt szabni. Volt ott szuperhős, tündér, harcos, különféle állatfigurák, indián, balettos és még sok-sok más. Szinte felsorolni is lehetetlenség.

A jelmezes felvonulással egybekötött jelmezversenyen három kategóriában hirdetett győztest a zsűri. A legjobb jelmez, a legjobb házi készítésű jelmez és a legjobb produkció is díjazásban részesült.

Ebéd előtt még volt annyi időnk, hogy a tombolasorsolás első körét megejtjük. A gyerekek nagyon sok tombolat vásároltak, a szülők sok-sok tombola tárgyat küldtek be, így mindenki nagy izgalommal leste, hogy kihúzzák-e az ő szelvényét.

Ebéd után a büfé kínált sok-sok finomságot a gyerekeknek, majd a pocakok megtöltése után került sor a játéokra.

Minden osztályteremben más és más feladatot kellett megoldani a vállalkozó kedvű nebulóknak. A feladatok elvégzéséért pecsétet gyűjthettek, s végül díjaztuk a legtöbb pecsétet összegyűjtőket is.

A gyerekek nagyon lelkesek voltak, mindent ki akartak próbálni. A játékos feladatok között volt célba dobás, zsákban futás, zokni párosítás, ügyességi feladat ping-pong labdával és ütővel, fánkevő verseny, hullahopp karikázás és ugrókötelezés is.

Az alaposan megfáradt társaság a játékok szünetében is bőséges nassolnivalóval és innivalóval tölthette meg bendőjét.

Az ügyességi játékok után a tombolasorsolás második fordulóját izgulhattuk végig, majd a buli lezárásaként tánc és zenés játékok következtek.

Azt hiszem elég hangosak voltunk ahhoz, hogy a tél végleg elsiessen tőlünk, s helyet adjon a melegengető napocskának. Mindenki remekül érezte magát. Sokat nevtünk, viccelődtünk, nagyon jól szórakoztunk. Volt aki már most azt tervezgette, hogy milyen jelmezben legyen a következő télűző bulin.

Fischer Attiláné
tanító



Iskolai hírek

2017. január 03 -tól új tanító néni érkezett hozzánk Székesfehérvárról, Reichardt Jánosné. Az első osztályosoknál a magyar órákat, a többieknél a német nép-és honismeret órákat és napközis órákat vett át Ildi néni. Munkájához sok sikert kívánunk!



Miszlai Kincső, 2. osztályos tanuló a Vörösmarty Mihály Szavalóversenyen külön díjat szerzett. Kincső Mörrenmorcogi Micó meséjével kápráztatta el a zsűrit, akik egy gyönyörű - a verses meséhez kapcsolódó- festménnyel jutalmazták a kislány tehetségét. Gratulálunk!

Surányi Emma és Zsitnyányi Eszter
4. osztályos tanulóink a Zrínyi Ilona

Országos Matematika Versenyen méretették meg magukat. Az eredményekről még nem kaptunk tájékoztatást, de rendkívül büszkék vagyunk rájuk, hogy egy ilyen színvonalas versenyen képviselték iskolánkat.

Czakó Luca 2. osztályos tanulónk a hétvégén ismét műkorcsolya versenyen szerepelt Budapesten, ahol 3. helyezést ért el! Gratulálunk!

A székesfehérvári II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola által meghirdetett levelezős honismereti versenyre szintén 4. osztályos tanulóink: Surányi Emma, Mátyás Szende Szilvia, Zólyomi Fanni és Zsitnyányi Eszter neveztek. A verseny 3 fordulós és egész tanévre ad feladatokat. Eredményéről a 3. forduló után kapunk majd tájékoztatást.

Szinte hihetetlen, de hamarosan itt a beiratkozások ideje /részletek később a plakátokon/. Vali néni – a leendő első tanító néni - több alkalommal is tartott már iskolába hívogató foglalkozásokat a nagycsoportos óvodásoknak. Húsvét alkalmával pedig egy nagy közös játékra várjuk majd a hamarosan iskolába lépő gyermekeket.

Kerékné Fülöp Annamária

Palacsinta-nap

A Palacsinta-nap, vagy más néven Húshagyó kedd a nagybőjt előestéje. Ez az utolsó lehetőség mindenféle étel fogyasztására, ugyanis a bőséges étkezés a böjti időszakban tilos. Ekkor a kamrákban megmaradt tojásból, lisztből és tejből a háziasszonyok palacsintát sütöttek, innen ered a fenti elnevezés is.

A Hamvazószerda előtti napon palacsintát sütni igen elterjedt szokás az angol-szász népeknél, mi is ennek apropóján tartottuk meg a „Pancake-day”-t egy újabb negyedik osztályos klubdelután alkalmával.

A programokat palacsintasütéssel kezdtük, majd a közösen elfogyasztott finomság után egy totó kitöltésével és egy rajzos versennyel folytattuk. Ezután következett a már hagyományossá vált játszóházunk, ahol a gyerekek serpenyős ügyességi versenyen és palacsinta-dobáláson is részt vehettek. Aki a palacsinta elkészítése közben kellőképpen figyelt, az egy hosszú listából helyesen ki tudta választani a térsza hozzávalóit is. A nap zárásaként a fiúk és a lányok összemérhették erejüket és gyorsaságukat, miközben egymást tekinték szőnyegbe, mintha palacsintát töltöttek volna meg.

Mindent összevetve ezen a napon is egy tanulással és játékkal teli délutánt tölthettek együtt a nálunk tanuló gyerekek.

Kulcsár Nóra



Gyerekszemmel a világ



Naggyá váló közösség

Minden közösséget azok a személyek tesznek naggyá, egyedivé, akik sajátos gondolkodásukkal, érdekes elképzeléseikkel, egyszerű emberi tulajdonságaikkal valami különlegeset tudnak produkálni. Szerencsére a mi iskolánk bővelkedik ilyen személyiségekkel. Abban bízom, hogy ez mindig így is lesz! A megálmodott szakköri forma jó tere annak, hogy a tehetségek még jobban megmutathassák mindazt, melyet már tanultak és mindazt, melyet privát adottságaikkal a felszínre tudnak hozni. Az ehhez vezető úton el is indultunk. Öröm látni a szakköri tagokon a lelkesedést és az elmélyült alkotást.

Minden 2. héten azonos időben találkozunk. A kicsik szorgalmasak a nagyok pedig segítőkészek. Kevés tapasztalattal is állíthatom azt, hogy érdemes volt életre hívni ezt a csoportot. Ebben az évben a tanulságokat összegyűjtjük, majd ezekre építve megtervezzük a jövőt is abban a hitben melyet F. Nietzsche így fogalmazott meg.

„A művészet első feladata, hogy megszépítse az életet.”

Gyömrei Ildikó
tanítónő

Minden GyermeK Művész

„Minden gyermek művész. A gond csak az, hogyan maradjon művész felnőtt korában is.”

(P. Picasso)

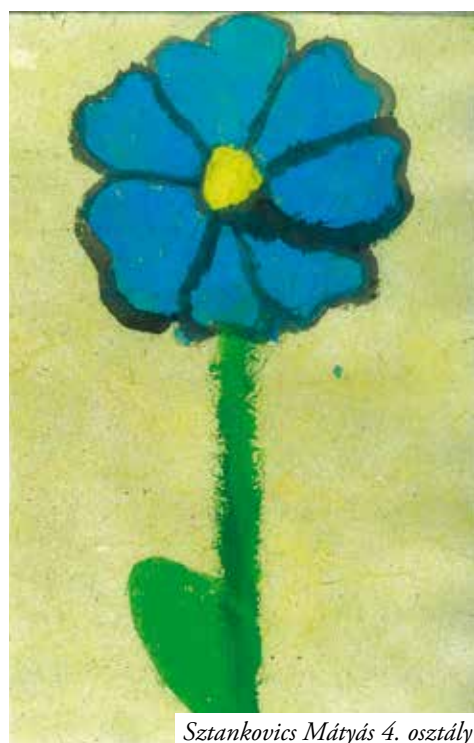
Tanúbizonyosság

Picasso a maga korában ádáz küzdelmet folytatott azért, hogy művészetét elfogadtassa a közvéleménnyel.

Nos, ezt az „Ügyes kezek” elnevezéssel elindított szakkörben nem kell megtenniük a gyerekeknek. Hiszem azt, hogy akik veszik a fáradságot, hogy az iskolai időn túl is tanúbizonyosságot tegyenek arról, hogy mesterei saját fantáziájuknak, kez ügyességüknek csak igaz művészek lehetnek. Minden elkészített munkadarab egy kis csoda. Ezekben az alkotásokban felfedezhető a pici alkotó személyisége, gyermeki fantáziája. Ennek a szabadidős tevékenységnek ezért nem is lehet más a célkitűzése, mint a rajzolás és az alkotási vágy felélesztése, fejlesztése valamint a kötetlen önfeledt kapcsolódás biztosítása. A foglalkozások témaválasztásánál kiemelt szempont az életkori sajátosság, az egyszerűség, az elkészíthetőség, az aktuális ünnepek és az évszakok

Iskolai történelem

Már iskolai történelmet is írt a kicsi művészközösség azokon a péntek délutáni időtöltéseken, melyeket a hátuk mögött tudhatnak. Kiderült róluk, hogy nagyon komolyan gondolják vállalásukat. Rendületlen akarattal megjelennek a foglalkozásokon. Jó hírért, oldott légkörét elviszik társaiknak, hiszen a létszám a kezdetektől csak növekedett.



Sztankovics Mátyás 4. osztály



Mátyás Szende 4. osztály



Zólyomi Fanni 4. osztály



Szalai Zalán 4. osztály

Gyerekszemmel a világ

Könyvtári óra

2017.02.15-én, a tanévben már második alkalommal vettek részt második osztályos tanulóink rendhagyó magyar órán, melynek helyszíne Sukoró község Könyvtára volt.

Az órát Hartalné Törzsök Tímea tartotta meg, akivel már előző héten egyeztettünk a tanmenetünkről, az óra tananyagáról, a gyermekek tudásszintjéről. Szeretnénk megköszönni az alapos felkészülést, a színes feladatokat, a zenehallgatást és az ajándékot is. Nagyon élveztük a betekintést a régi-és kortárs költők műveibe, kötetibe, azok illusztrációiba. Óriási élmény volt az adott könyv és mű megkeresése is a „könyvrengetegből” a személyre szabott utasítások alapján.

Bízom benne, hogy egyre több kisdíák iratkozik be a könyvtárba és használja ki ezt a nagyszerű lehetőséget!

Kerékné Fülöp Annamária
osztályfőnök



Könyvtárban voltunk a nagycsoportosokkal

Február 14-én a nagycsoportos óvodásokkal felsétáltunk a helyi könyvtárba. Timi néni fogadott bennünket, aki egy kiskutyáról olvasott nekünk egy történetet, amely burkoltan a felelősségteljes állattartásról szólt. A gyerekek nagyon szeretik az állatokat, s érdeklődve hallgatták Pitypang- a kiskutya történetét. A mese után a gyerekek választhattak maguknak könyveket. Asztal köré, vagy szőnyegre telepedve örömmel nézegették a szép színes képeket. Ismeretterjesztő és mesekönyveket egyaránt választottak. Csoportokba összeállva meg is beszéltek a látottakat. A program végén a gyerekek kívánsága szerint kikölcsönöztünk jó pár könyvet, amit majd az oviban alaposan átnézünk. A rövidre tervezett program majdnem másfél órára nyúlott, a gyerekek érdeklődése, kitartása miatt. Az Óvodába visszaérve egy nagycsoportos kislány, J M M elalvás előtt újra elmesélte a gyerekeknek a történetet. Annyira odafigyelt

a mesélésre, hogy szinte szóról szóra élményszerűen adta elő. Ajándékol még helyes kis színezőket is kaptunk. Nagy élmény volt ez a mai nap: megbeszéltük, hogy tavasszal újra ellátogtunk a könyvtárba.

Hartal Istvánné óvónő (Maci csoport)



Ökoiskola lettünk

Az Emberi Erőforrások Minisztériuma és a Földművelésügyi Minisztérium pályázatot hirdetett „Ökoiskola” cím elnyerésére. Mi, a Felsővárosi Általános Iskola Sukorói Tagiskolájaként vettünk részt ebben a kihívásban.

Iskolánkban megalakult az Ökoiskola munkacsoport, melynek tagjai Kerékné Fülöp Annamária, Ruffné Ulakcsai Veronika és Kulcsár Nóra. A munkacsoport benyújtott pályázatát a kuratórium sikeresnek ítélte, és az „Ökoiskola” címet adományozta tagiskolánk részére. A cím és a logó használá-

latára 2019. december 31-ig jogosult az intézményünk.

Ahhoz, hogy ezt a címet a kiírtánál tovább is megtarthassuk, kemény munka folyik iskolánkon belül, melyhez diákjaink is nagyban hozzájárulnak: szelektíven gyűjtjük a hulladékot, megalakítottuk az „Energia-kommandót” és kirándulásokat is szervezünk. Célunk a tanulók életmódjának, környezettudatos magatartásának alakítása és a fenntarthatóságra nevelés, mely továbbra is szorosan együttműködve zajlik több iskolán kívüli szervezettel.

Kulcsár Nóra



Óvodai beíratás!

A Sukorói Óvoda értesíti a kisgyermekes szülőket, hogy a 2017/2018-as nevelési évre azóvodai beíratás időpontja:

2017. április 18-19-20. (kedd-szerda-csütörtök) 9-15 óra

Helyszíne:

Sukorói Óvoda, 8096 Sukoró, Óvoda u. 2/B (óvodavezető irodája)
Várjuk azon szülők jelentkezését, akiknek gyermeke 2018. augusztus 31-ig betölti a harmadik életévét.

A beiratkozáshoz szükséges dokumentumok a következők:

Gyermekek:

- születési anyakönyvi kivonata
- laccímkárttyája
- TAJ kártyája;
- orvosi igazolása arról, hogy közösségi életre alkalmas

A szülő:

- személyi igazolvány
- laccímkárttyája

Óvodánk Pedagógiai Programját, Háziarendjét, Szervezeti és Működési Szabályzatát megismerhetik a www.sukoro.hu honlapon.

Jelentkezéssel és beíratkozással kapcsolatos bővebb információt a 06-22-598-006 telefonszámon kérhetnek.

Gyermekeket szeretettel várjuk!

Sukoró, 2017. 03. 01.

Tisztelettel: Viza Tiborné óvodavezető

Gyerekszemmel a világ

Óvodások munkáiból:



Bakó Tünde (Maci csoport)



Küttel Réka Rozina (Maci csoport)



Szemerédi Márk (Maci csoport)



„Ég a kisle, lánggal ég,
Bodor füstje felszáll,
Tavaszdodik, kék az ég,
Meleg a napsugár.
Mire füstje eloszlik,
A hideg köd széteszlik,
Egész kitavaszdodik.”

2017. 02. 27-én elégettük a kislebábot

ISKOLAÉRETTSÉG

Iskolaválasztás, iskolakezdés izgalmas időszak mind a szülőknek, mind a gyermeknek. az iskoláskor egy új életkori szakasz kezdetét jelenti. Lezárul az óvodás korszak, a gyermeknek új feladatai, kötelességei lesznek. Fontos szem előtt tartani, hogy egy gyermek fokozatosan válik iskolássá: az akaratlagos folyamatok fokozatosan kerülnek előtérbe, egyre inkább tud uralkodni érzelmein, ösztönein, mozgásvágyán. Nagyon fontos, hogy a gyermek örömmel járjon iskolába, sikeresen vegye az akadályokat, alkalmazkodjon az új környezethez, követelményekhez.

Az iskolaérettség összetett fogalom, a gyermek egész személyiségének fejlettségét foglalja magába. A gyermekeknek testileg, pszichés és szociális szempontból egyaránt alkalmasnak kell lennie az iskolai élet megkezdésére. Mint ahogy nincs két egyforma felnőtt, úgy a gyerekek is eltérő képességekkel rendelkeznek.

Testi érettség:
optimális testi fejlettség és egészségi állapot, idegrendszer megfelelő érettsége.

Pszichés érettség:
értelmi érettség, érzelmi-indulati élet érettsége, beszéd-készség, feladattudat, monotonia tűrés, érdeklődés, motiváltság.

Szociális érettség:
alkalmazkodás és beilleszkedés képessége, szabálytudat, közösség igénye, együttműködés képessége, kapcsolatkötés képessége, felnőtt irányításának elfogadása, önkiszolgálás, bizonyos fokú önállóság.

Amennyiben szülőként Ön vagy az óvodapedagógus bizonytalan abban, hogy menjen-e iskolába a gyermek, forduljanak a Fejér Megyei Pedagógiai Szakszolgálat Gárdonyi Tagintézményéhez bizalommal annak érdekében, hogy a gyermek ne szorongva lépje át az iskola kapuját, hanem mint egy érdeklődő, nyitott, tudásra szomjas kisdiák.

Az iskolaérettség megállapítása után a következő lépés, az iskolaválasztás. A legmeghatározóbb tényező a gyermek személyisége, képességei. Fontos, a tanító néni személyisége, szimpatikus-e gyermekünk számára. Meghatározó lehet az osztálylétszám, hiszen alacsonyabb osztálylétszámnál több figyelem juthat egy gyermekre. Fontos a tanítási módszer is, hogy milyen ütemben haladnak, vajon bírja-e ezt gyermekünk. Az önbizalom alakulásában nagyon nagy szerepe van a teljesítményhez kapcsolódó sikerélménynek, melyet először az iskolai teljesítménye során tanul meg a gyermek. Meghatározó lehet még az iskolaválasztásnál a földrajzi közelség, hiszen a gyermek ebbe az intézménybe fog járni az elkövetkezendő 8 évben!

Nagyon fontos, hogy az iskolába lépés örömteli esemény legyen a gyermeknek, mert az első napok élménye meghatározó lesz számára hosszú távon is.

Elérhetőségeink:

Cím: 2483 Gárdony, Kossuth u. 19.
Tel.: 22/589-572

E-mail: gardony@fejermepsz.hu



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

Tisztelettel és szeretettel köszöntöm Önöket, mint a Sukorói Hagymányörző Egyesület új elnöke.

Engedjék meg, hogy pár szót ejtsek magamról. Varga Editnek hívnak. Születésem óta Sukorón lakom. Általános iskolai tanulmányaimat a helyi iskolában kezdtem meg helyi tanítók szárnyai alatt. Ezen időszakra nagy szeretettel emlékszem vissza. Hiszem, hogy személyiségünk kialakulásához nagyban hozzájárult, hogy megismertettek bennünket a néptánc alapjaival, valamint környezetünk védelmének fontosságával.

A Sukorói Hagymányörző Egyesületbe szüleim révén (Varga Imre és Vargáné Maja) a kezdetek óta aktív tag vagyok. Minden rendezvényen kivettem a részem, legyen szó néptáncolásról vagy gulyásleves főzésről. 2009 óta az Egyesület pénztárosa és aláírási joggal rendelkező elnökségi tagja voltam. Német nyelvtudásomnak a németországi (Rimsting) partnertelepülésen fellépések, baráti látogatások alkalmával mindig hasznát vette az Egyesület.

Tanulmányaim során pénzügyi- és számviteli ügyintézői szakmát szereztem, mely a hivatásommá vált. Tanulmányaim befejezését követően a ranglétrát végigjárva dolgoztam irodai adminisztrátorként, évekig voltam fővárosunkban irodavezető, jelenleg pedig gazdasági vezetőként töltöm napjaimat Székesfehérváron.

Korábbi elnökünk, Németh István

lemondását követően kaptam meg a bizalmat az Egyesület tagjaitól, melyet ezúton is szeretnék megköszönni nekik. Büszkeséggel tölt el a kinevezés. Remélem, hogy be tudom bizonyítani mind a tagoknak, mind a faluban élőknek, hogy rászolgáltam erre a bizalomra.

„Új év, új kezdet!” – ezzel a mondattal nyitottam januárban a tagok felé. Az idei évet sem kívánjuk tétlenül tölteni, a falu életében már természetessé vált tevékenységeinken (májfa állítás, falunapi részvétel, falu karácsonyfa állítás, kürtöskalács sütés) felül szeretnénk még gazdagabbá tenni a falubeliek életét.

Egyesületünk fő célja – ahogyan azt alapszabályzatunk is megfogalmazza – Sukoró község történelmének és hagyományainak ápolása, a helyi kulturális örökség feltárása, megóvása, ápolása és a közösséggel történő megismertetése. Az egyesület ápolja a helybéli hagyományokat, és népviseletet, támogatja a községi iskolát és egyházközségeket, közösségi programokat szervez, melybe bevonja az egyéb helyi szervezeteket, valamint a falu polgárait, ezáltal fejlesztve a helyi köz-, és kulturális életet. Az egyesület e célok elérése érdekében együttműködik az állami és önkormányzati szervekkel, a nemzetiségi szervezetekkel, az egyházi jogi személyekkel, valamint a helyi civil és gazdálkodó szervezetekkel.



(1.kép) Az együttműködés a Polgármester Asszony, az Önkormányzat és Egyesületünk között igen szoros. Mi sem bizonyítja ezt jobban, mint a Falukarácsonykor sült és kiosztott rengeteg kürtöskalács. Az ünnepi várakozás időszakában is összegyűltünk és a falu apraja-nagyja örömeire tekertük a sütőfára a kelt tésztát. A gyerekek műsorait követően tálcákról kínáltuk az elkészült kürtöskalácsokat a Kultúrház

előtt összegyűlt ünneplők között. Az alapanyag biztosítását ezúton is köszönjük az Önkormányzatnak. (a fényképet készítette: Kirchnopf György) (2.kép)



Köszönetünket kell kinyilvánítanunk a Képviselő Testület felé is, hogy hozzájárulásukat adták székhelyünk Polgármesteri Hivatalba történő áthelyezéséhez, valamint az anyagi támogatás megítéléséért, mellyel Egyesületünk 2017.évi működését segítették elő.

További hálával tartozunk dr. Gaál Judit ügyvédnek, aki a jogi képviseletünk ellátását, alapszabályunk törvényi előírásoknak megfelelő módosítását és bírósági ügyintézését vállalta.

Lendületünk első fő bizonyítéka a február 24-én megrendezett farsangi multság, ahol szeretettel láttuk vendégül a falu apraját és nagyját kézműveskedésre és egyéb népi hagyományok felelevenítésére. (3.kép)



A farsang a vízkeresztől (január 6.) húshagyókeddig, más megfogalmazás szerint a másnapi hamvazószerdáig, a

nagyböjt kezdetéig tartó időszak elnevezése. Hagymányosan a vidám lakomák, bálók, multságok, népiünnepélyek jellemzik. A farsang jellegzetessége, hogy a keresztény liturgikus naptárban nem kötődik hozzá jelentős vallási ünnep, alapvetően a gazdag néphagyományokra épül (lásd: torkos csütörtök). A kereszténység előtti időkből származó farsangi multságokat az „erkölcsös” 16. és 17. században nem eredete, hanem bujaságot szimbolizáló szokásai miatt tiltották. A farsang csúcspontja a karnevál, hagyományos magyar nevén „a farsang farka”. Ez a farsangvasárnaptól húshagyókeddig tartó utolsó három nap, ami nagy multságok közepette, valójában télbúcsúztató is. Számos városban ekkor rendezik meg a híres karnevált (riói karnevál, velencei karnevál), Magyarországon pedig a farsang legnevezetesebb eseményét, a mohácsi busójárást.

A farsang elnevezése és a legrégebbi szokásadatok középkori német polgári hatásra vallanak, de vannak az Anjouk és Mátyás király udvarából itáliai hatásra utaló adatok is.

A farsang a párválasztás időszaka volt a magyarság körében és egyben fontos „esküvői szezon”, mivel a húsvéti böjt időszakában már tilos tilos esküvőt tartani. Erre utal az ünnepnapok elnevezése is (pl.: első menyegzős vasárnap = vízkereszt utáni első vasárnap, vővasárnap = farsangvasárnap az ifjú férj és az após kontójára fogyasztott stb.). A falvakban a legények szervezték a bálót. A lányok rokonaiak közvetítésével bokrétát adtak a kiszemelt legénynek, aki a farsang végén nyilvános színvallásként a kalapjára tűzte. A báli szezon és táncmultság lényege az eljegyzés volt.

Készültünk álarckészítéssel, ahol a gyerekek maguk készíthették elejétől a végéig a maszkokat saját ízlésüknek megfelelően. A csillámporos díszektől a fécántollig bármivel ékesíthették a különböző színű kartonokat, amit végül hurkapálcikára ragasztva vagy gumicérnával megkötve vihettek haza. Az egyesületi és néhány falunkban élő asszony elhalmozott minket a különféle fánkok sokaságával. Volt szalagos,- csöröge,- és rózsafánk is az asztalokon a gyerekek nagy örömeire. Fánkevé verseny keretében bizonyíthatták be, hogy milyen édesszájúak és ki a leggyorsabb közülük. A jelmezverseny mellett ez az esemény kapta a legnagyobb figyelmet a gyerekek között. Izgalmas volt nézni, ahogy hátrattett kézzel ügyeskednek a felfüggesztett fánkok leevésével. Természetesen a farsangi multságnak megfelelően minden kisgyermek felöltötte a

Civil szervezetek

legszebb jelmezét, melyet a zsűri előtt nagyon lelkesen be is mutatott, reménykedve abban, hogy őt találják a legötletesebbnek. A versenyek nyeresége az egyesületi tagjaink által készített fakanál bábok voltak. Küttel Dávid és Szonda Györgyi segítségével énekkel és táncsal farsangoltunk, ezzel is riogatva a téli borút és hívogatva a tavaszi derűt! Végetül a kiszebáb is elégetésre került népes közönségünk által körbefogva „Jöjjön a tavasz, vesszen a tél!” felkiáltással. Ezúton is kívánjuk megköszönni mindenkinek, aki a családi farsangunkhoz segítségével hozzájárult, jelenlétével megtisztelt minket és reméljük, hogy mielőbb csodás tavaszi idő köszönt ránk. Adománygyűjtő üvegünk az este végére 10.000 Ft-ot rejtett, melyért nagyon hálásak vagyunk és húsvéti rendezvényünk megszervezésére fordítunk. Csodás volt látni a sok ragyogó szempárt, ahogy farsangi lázban égtek. (4.kép)



Fontosnak tartjuk a faluban élő kicsik és nagyok néptáncjal történő megismertetését, mely érdekében KÉTHETI RENDSZERESSÉGGEL NÉPTÁNCRA INVITÁLJUK AZ ÉRDEKLŐDŐKET (03.24., 04.07., 04.21., 05.05., 05.19., 06.16. – a változtatás jogát fenntartjuk) az Óvoda aulájába, ahol a rendszerességnek köszönhetően koreográfiákat állítunk össze egy-egy lakóhelyünkön megrendezésre kerülő rendezvényre. Első összejövetelünket 02.10-én tartottuk szűk körben, egyesületi tagjainkon kívül csupán néhány meghívott falubeli vendéggel karöltve. A szatmári néptánc alap lépéseit elevenítettük fel és ismertettük meg vendégeinkkel. Az óra végére jóleső fáradságot éreztünk. Ahogy körbenézett az ember a mosoly végig ott volt mindenki arcán, mely bizonyítéka az összejövetel sikerességének és biztossá teszi a folytatást! (5.kép)

TÁNCOLJ VELÜNK!

Szeretettel várunk minden kedves néptáncolni vágyót

2017.03.17-én
az óvoda aulájában

18:00 - 20:00

Foglalkozás vezető: Küttel Dávid és Szonda Györgyi

A rendezvény szervezője a Sukorói Hagyományörző Egyesület

A belépés ingyenes

További 2017 évi tervezett programjaink, eseményeink:

- március 15-ei ünnepségen való részvétel, koszorúzás
- 04.15. Tojáskereső az Ingóköveknél (népi játékok)
- 04.28. Májfa állítás
- 06.03. Májfa kidöntés (szalonna sütés, népi játékok, körtánc, favágás...)
- oeste batyus bál a Kultúrházban
- Falunap – népi játékok (lopózás, patkódobás, ostromozás, sítalpaszás, tűkeresés)
- 09.23. Szüreti Felvonulás és Bál (menet fogadása, cigánygyerekek toborzása)

Kérek minden tisztelt Sukorói lakost, tevékenységünkkel szimpatizánst, hogy értékteremtő törekvésünk folyamatosságának biztosítása érdekében, amennyiben módja és lehetősége van, adójának 1%-ával támogassa az idei évben Hagyományörző Egyesületünket, hogy tovább teremthessünk valódi értékeket.

Varga Edit
a Sukorói Hagyományörző Egyesület
elnöke

Tere-Fere klub

Tisztelt Sukoróiak!

Ismét eltelt egy év és elkezdődött az új! Sajnos megint idősebbek lettünk egy évvel, amit magunkon ugyan nem látunk természetesen csak az unokáinkon.

2016. december 20-án egy nagyon hangulatos „Éva napi” összejövetellel búcsúztunk az Óévtől mielőtt együtt ünnepeltünk a falu aprajával, nagyjával a „Falukarácsony”-on az impozánsan feldíszített Kultúrházban és előtte az „Aradi híd” által határolt területen.

Mivel, hogy rendszeresen sportolunk is, megadtuk a módját Sportegyesületünk évad záró rendezvényén is az Óév búcsúztatónak párjainkkal együtt. Remekül éreztük magunkat.

Köszönet falunk Vezetésének, valamint kultúrosának azért, hogy megsokasodtak a jobbnál jobb és érdekesebbnél érdekesebb előadások, vetítéssel egybekötött tájékoztatók, hol a Kultúrházban, Könyvtárban, hol pedig a Borszobában.

Nagyon érdekes volt a „Biztonságos közlekedés” c. előadás, továbbá örömmel vettük tudomásul, hogy a számunkra annyira megkapó „Egészséges életmód” c. előadás egészség védő sorozattá alakult át és 2017. évben folytatódik a dr. Barta házaspár közreműködésével. Feltétlenül fogjuk látogatni és ezúton is köszönjük nekik a színvonalas, hangulatos, kóstolókkal egybekötött előadásokat.

Nagy érdeklődéssel vártuk a március 2-án megtartott kötetlen beszélgetést „Egy regénye mindenkinek van” címmel a Könyvtár szobájában és nagyon bízunk abban, hogy hamarosan beköszönt a TAVASZ!

Tisztelettel: Tarnócziné H. Judit
klub vezető



Civil szervezetek



**SUKORÓ SPORTBARÁTOK
KÖZHASZNÚ SPORTEGYESÜLET**

8096 Sukoró, Berkenye u. 15.

+36-30-4281106

sukorosport@freemail.hu

www.sukoro.hu

Adósz: 18502105-1-07

Számlaszám:

10405066-50505649-53551007

KEDVES SPORTBARÁTOK, SUKORÓIAK!

A hosszúra nyúlt kemény téli időjárás rányomta bélyegét az év első két hónapjára, Kedvezőtlenül hatott hangulatunkra, mindennapjainkra. Szervezetünk tartalékai február végére kiürültek, elfogytak, így mindenki nagyon várja már a jó időt, a napsütést. Bízunk abban, hogy az alábbi programok segítséget adnak a testi lelki megújuláshoz.

Tavaszi programjaink:

2017. február 25. (szombat) asztalitenisz bajnokság - tavaszi forduló

2017. március 18. (szombat) gyalogos túra az Angelika forráshoz

2017. április 08. (szombat) szemétszedés, Nyuszi túra (Gyöngyvirág Egyesület)

2017. április 29. (szombat) autóbuszos kirándulás- Töreki Természetvédelmi Terület

A hagyományos, kedvelt szabadterei sportágaink a tavaszi kedvező időjárás beálltával tovább folytatódnak. (petanque, tenisz)

NEVEZÉSI CSÚCSOT DÖNTÖTTÜNK!

Az év eddigi talán legbarátságosabb időjárására ébredtünk az asztalitenisz bajnokság megrendezésének napján. Várakozásunkat messze felülmúlta a reggeltől folyamatosan érkező versenyzők száma, legyen az felnőtt, vagy gyermek.

A jó idő is hozzájárult ahhoz, hogy

ennyi érdeklődője, résztvevője, szurkolója volt az eseménynek. Igazi télbúcsúztató, tavaszköszöntő programmá kerekedett a jó hangulatú családi összejövetel.



Helyezettek:

Férfi kategória:

I. helyezett Németh László

II. helyezett Borostyán Szilárd

III. helyezett Joós Norbert

IV. helyezett Paksi Gábor

Női kategória:

I. helyezett Joós Norbertné

II. helyezett Mácsainé Varga Ágnes

III. helyezett Bakóné P. Beatrix

Gyermek kategória:

felső tagozat

I. helyezett Béd Imre

II. helyezett Kovács Levente

III. helyezett Lics Tamás

Gyermek kategória:

alsó tagozat

I. helyezett Lics Zoé

II. helyezett Szalai Zalán

III. helyezett Szalai Sándor

Gratulálunk a nyerteseknek!

Ősszel folytatjuk!



Április 29-re tervezzük az autóbuszos kirándulásunkat. A Siófok mellett található Töreki Természetvédelmi terület látogatjuk meg. A Töreki városrész mellett meghúzódó csendes völgyet 1994-ben nyilvánították védetté. A Töreki Természetvédelmi Tanösvény bemutatja a tavak, vizes élőhelyek, különféle erdők és rétek élővilágát, a madármegfigyelő torony pedig bepillantást enged a gazdag madárvilág életébe. A túra hossza 8,5 km.

A fenti programjainkra sok szeretettel várunk minden mozgás iránt érdeklődő sportbarátot!

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



Sukoró FC Sportegyesület

Hosszú idők után ismét van a falunak futball csapata. A 2017. január 29.-én megtartott közgyűlés kimondta az FC megalakulását. Jelenleg az egyesület megalakulását körülvevő formalitások és papírmunkák zajlanak. Csapatunk taglétszáma jelenleg 20 fő de minden focit szerető és sportolni vágyó embert szívesen látunk sorainkba.

A klubunk célkitűzése, hogy minél több kispályás tornán szerepeljünk és ezzel vigyük Sukoró hírnevét valamint minden év június első felében egy saját rendezésű torna megszervezése a műfüves pályán.

Szeretnénk ha a gyerekek is bekapcsolódnának az egyesület életébe. Terveink között szerepel a velük való foglalkozás szervezett kereteken belül, ezáltal lehetőséget adva nekik a sportolásra és ezzel együtt a játéokra.

Itt köszönnénk meg az önkormányzat eddigi támogatását és bízunk a további sikeres együttműködésben.

További információk az egyesületről:
Unger Zsolt 06202400409
illetve: www.facebook.com/SukoroFc/
oldalon.

Sportbaráti üdvözzel
Sukoró FC

Tudósítás Ráckevéről:

Csapatunk február 25.-én éjszakai kispályás teremtoránán vett részt Ráckevén. Az extrém tornára 16 csapat nevezett, melyeket négyes csoportokra osztottak. A csoportkörök folyamán izgalmas és jó játékot láthattunk együttesünktől. A csoportból való továbbjutás azonban nem sikerült a rossz gólarányunk miatt, ezért a tornát a kilencedik helyen fejeztük be. Ezúton köszönjük a frissítő italok felajánlását Csontos Jánosnak!



Civil szervezetek

Sukoró Kaland Klub

Téli visszatekintés

Az őszi kirándulások után immár 5 előadást sikerült ebben a szezonban közösen, tartalmasan és remek hangulatban eltöltenünk és rendkívüli személyiségekkel köthetünk újra barátságot.

A zord januári időben dinoszaurusz rajz pályázattal készítettük elő Dr. Ősi Attila bakonyi dinoszaurusz kutató előadását. Több mint 50 gyermek 70 feletti pályaművet készített, melyeket a kutató is zsűrizett, majd az iskolai aulában kerültek kiállításra. A vállalkozók kedvéért mindenkit ajándékkal jutalmaztunk és a klub tagok 20 különdíja is kiosztásra került. Nem csoda hát, hogy sokan személyesen is élénk érdeklődéssel kísérték a kutató Kölyök Klub és nagy előadás vetítéseit egyaránt. Érdekes pillanat volt, amikor végül Attila körbe is adott egy 85 millió éves dino csont darabot, majd meghívást kaptunk és várhatóan a nyáron ellátogatunk az ihar-kúti kutatási helyszínre. <http://magyardinoszaurusz.hu/>



Februárban Matkovic Lea érkezett hozzánk, aki tavaly 4 hónapos egyedüli kerékpártúrán járt Belső-Ázsiában és élvezte a grúz, az azeri, a kazah és a kirgiz tájak és kultúra mellett az ott élők vendégszeretét. A mi közönségünk is hamar szívébe fogadta a Tatabányáról hozzánk eltekert hölgyet, akinek a kerékpárját így bárki ki is próbálhatta és személyesen ráeszmélhetett, hogy a 3800-as hágón áttekerés és a több ezer kilométer bizony nem a technikán, hanem a motiváción és az személyes fizikai felkészültségen múlott.

Örömmel látjuk, hogy a Kölyök Klub aktív résztvevői egyre többet maradnak velünk a nagy előadáson, amire Lea bájos előadása is ráerősített. Közös Velencei-tó körbe tekerést és azt követő táborüzeztést szervezünk Leával még a tavasszal.



Tavaszi események

Sűrű programmal folytatjuk, mert március 24. pénteken vendégünk lesz Balaton Csenge, aki szüleiivel 7 éve elindult Angliából egy családi vitorlás hajóval, majd minden évben tovább hajóztak. Izland és Grönland érintésével jutottak el a híres északnyugati átjáróig, ahol 2 éve sikeresen átvitorláztak és immár az amerikai kontinens kanadai partja mellett várja hajójuk az idei folytatást. Igazi kalandor család, ahol a 21 éves Csenge akrobata képzőbe jár és örömmel osztja velünk meg kamasz korában induló világljáró élményeit. Vitorlázás jegesmedvék között? - már alig várjuk a beszámolót. <http://www.balatonok.hu/>



Továbbá áprilisban és májusban szeretnénk folytatni Dr. Tarsoly Péterrel a Pákozdvárúti jutott őszi barlangászásunkat, jön velünk tó kört tekerni Matkovic Lea, és május 6. szombaton Maráz Zsuzsanna ultramaraton futóval örömfutást és előadást szervezünk. Zsuzsa 16 éve, szülés után kezdett el kocogni a kisbabája körül egy focipályán. Azóta sok edzéssel és döbbenetes, emberfeletti teljesítménnyel csodálatos eredmények fűződnek a nevéhez. Egészségügyi dolgozóként „amatőr” sportoló, miközben a 2016-os Ultrabalaton fölényes női győztese és álma megvalósításaként októberben a görög Spartathlon varázsát személyesen élhette át, ahol 3. női versenyzőként ért célba 27 óra 47 perces futással! Csodálatos ember, hihetetlen teljesítmény és májusban találkozunk ☺

Írja be az előadás dátumokat a naptárába (03.24. és 05.06.), várjuk szeretettel és egy meleg teával! A belépés továbbra is kortalan és díjtalan.

Ha Ön is kitalálna és felfedezne velünk újabb kalandokat, melyek lényege a mozgás, a természet, a közösség és az élmény, akkor tartson velünk! Aktuális információk elérhetők a Sukoró Kaland Klub plakátokon, facebook oldalunkon és a kalandklub@sukoro.hu e-mail címen.

Tisztelettel: Gugi Krisztián



KERÁMIÁZ-LAK

Fekete Krisztina

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

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

Hívj: 06-20-401-9039



Sukorói torna

Női alakformáló torna
funkcionális köredzés
intervallum edzés

Minden kedves sportolni
vágyó érdeklődőt szeretettel
várak az óráimon hetente:

KEDDEN ÉS
PÉNTEKEN 18.00 órakor
a Kultúrházban
Gazdaghné Medve Melinda
06305573181

Köztünk élnek – Az egészséges táplálkozás hírvivői:

Bemutatik Dr. Barta József és Barta Edina

„A táplálékok legyen az orvosságod, és az orvosságod a táplálékok legyenek.”

/Hippokratész/

Az idei év elején Mészárosné Hegyi Gyöngyi Éva polgármester asszony kezdeményezésével egy új, 'mozgalom' indult útjára Sukorón az egészségügyében.

Január 20-án a Töltsd fel magad energiával című első rendezvény keretében bemutatkozott a helyi közönségnek Dr. Barta József egyetemi magántanár és felesége Barta Edina életmód-tanácsadó és terapeuta, akik önként, időt és energiát nem sajnálva igyekeznek segíteni egy új, egészségesebb életmód kialakításában.

A sikeres bemutatkozást nagy érdeklődés követte, azóta pedig az Önkormányzat kezdeményezésével és szervezésében már a helyi iskolás gyermekek szüleinek is tartottak egy figyelemfelhívó tájékoztatást, valamint március 3-án megrendezésre került második nagy előadásuk is Szervezetünk tápláló és tisztító folyamatai címmel.

Sokakban felmerülhet a kérdés, hogy vajon ki is ez a szimpatikus, lelkes páros, akik minden alkalommal töretlen lendülettel és odaadással mesélik el tapasztalataikat, tanácsaikat. Ezért megkértük Őket, mutatkozzanak be a Sukorói Hírforrás olvasóinak...

Mutatkozzatok be néhány mondatban! Mit lehet/érdemes tudni Rólatok? Milyen kötődések van Sukoróhoz?

Edina: 1984-ben találtuk meg azt a telket, amire Jóska rokonával ikernyaralót építettünk. Persze nem egyik napról a másikra. Először átvágtuk az utat, bevezettük a vizet és felhúztunk egy „fehér házat”, amolyan szerszámos kamrát, fehérre meszelve. Nagyon élveztük. Tanáreberek lévén, néhány munkát leszámítva -, nagyjából szabad volt a nyarunk. Még csak egy gyerekünk volt, egy középsős óvodás, aki élénk srácként a bringájával igazi kihívásnak tekintette a Kópús utcát! Mire 4 év múlva

felépült a ház, megszületett a kishúga is, és utána minden nyarat „kicsengenéstől-becsengetésig” itt töltöttünk. Menet közben rákapott Sukoróra a család többi tagja, meg a barátok is. A szomszédokkal olyan jóban lettünk, hogy kerítés sem volt köztünk. Közös sütögetések, nagy beszélgetések, egyre jobban élveztük az ittlétet. Innen indultunk, ennek éppen 33 éve!

„A szervezet képes kijavítani, meggyógyítani önmagát.”

Mivel foglalkoztok pontosan és mióta? Mi a filozófiátok, célotok?

Jóska: Egészen röviden: 5000 év tapasztalatával foglalkozunk, amit a Regeneráció filozófiájába sűrítettünk. Azt valljuk, hogy ha a megfelelő növények megfelelő kombinációjával tápláljuk és tisztítjuk a szervezetet, akkor a működése egyensúlyba kerül. A szervezet képes kijavítani, meggyógyítani önmagát. Fizikai testünk életre kel, energiával töltődünk fel és kiegyensúlyozottá válunk. Ma ugyan magasabb az átlagéletkor, de az egészséges életévek száma nem nőtt. Ami régen időskori betegségnek számított, az ma már a 30-as korosztályból szedi áldozatait. Szeretném leszögezni, képzett emberek vagyunk, de nem vagyunk orvosok: táplálkozási tanácsokat adunk. Nagy elhivatottsággal tanítunk ebben a témakörben, és az a célunk, hogy az egészség ne legyen luxus.

Mi volt az, ami a téma felé terelt Benneteket? Mert ha jól tudom más szakmában dolgoztatok korábban.

Edina: Igen, más szakmában dolgoztunk. Mindketten egyetemen tanítottunk. Jóska élelmiszer feldolgozást tanított, korszerű technológiákat kutatott. Ezt számtalan publikációban és könyvben köze is adta. Hazai és nemzetközi elismerést szerzett a témában. Egy tanszéken dolgozott több mint 40 évig, több ciklusban kutatási és nemzetközi kapcsolatokért felelős dékán helyettes is volt. Én magyar-angol szakon végeztem az ELTE-n, és rövid középiskolai kitérő után visszakerültem az egyetemre, és ott is maradtam 30 évig. Ami a „téma” felé terelt bennünket, annak én voltam az oka. A lányunk születése után komoly visszer problémáim lettek. Több orvost felkerestem, mert

nem volt jó a fájdalommal együtt élni. Kentem, amivel lehetett, fegyelmetten beszédtem a felírt kapszulát is, de a megoldás csak ideig-óráig tartott. Akkor még sem eredményesen megműteni, sem elinjekciózni nem lehetett, végleges megoldást senki nem ígért. Ekkor ment a férjem egy ösztöndíjjal 6 hétre Amerikába. Egyik éjjel 3 óra körül izgatottan telefonált, hogy szerinte talált valamit, ami nekem jó lenne a panaszaimra. Mondtam, hogy ez remek, de itt most éjjel 3 óra van. „Szeredd be minden infót, hozd haza, majd megnézzük!”, és álmosan letettem a kagylót. Jóska nagy csomag információt hozott haza. Én el sem hittem, hogy ilyen cég van a világon. Amit olvastam, hitelesnek éreztem. Elkezdtem enni-inni a termékeket (enni-inni, mert élelmiszerekről van szó, csak nem a mi felfogásunk szerinti élelmiszerekről). Pár hét elteltével kérdezi az egyik barátom: „Na, mit érzel?” „Hagyj békén, nem érzek semmit.”- mondtam neki, mert már idegesítettek a cinikus megjegyzések. És abban a pillanatban rájöttem, hogy nem nyom, nem szúr, nem fáj! Te jó Isten! Ez másnak is jó lehet.

„Végül is mi nyeljük le, amit hazaviszünk.”

Mi az, amit személyesen is észrevettek magatokon, amióta életmódot váltottatok?

Jóska: Pont a minap került a kezembe néhány régebbi fotó. Hát ég és föld! Sosem volt kocka hasam, a nejemnek se darázsdereka, most mégis jobban nézünk ki. A legnagyobb különbség az életszemléletünk. Szerintem az változott a legtöbbet. Edina rendszeren „címkeolvasó” lett, néha a boltosok agyára megy, de nem zavarja. Végül is mi nyeljük le, amit hazaviszünk. Vannak dolgok, amiket biztosan nem veszünk meg, de nem szeretnék konkrét termékeket mondani. Inkább tanítunk, és majd ki-ki eldönti, hogy mire költi a pénzét. Én alföldi gyerek vagyok, édesapám vasutas volt. Éjszakai szolgálatba sokszor vitt szalonnát kenyérrel. Akárhonnan nézem, a kenyér-szalonna-hagyma kombináció egy jó ételpárosítás, de nem ajánlom minden napra. Aki nem hiszi, járjon utána, de egyszerűbb, ha megkérdezi a nejemet.

„... nem gyógyítunk, hanem táplálko-

zási tanácsokat adunk.”

Miben tudtok segíteni az embereknek? Milyen problémákkal fordulhatnak hozzátok? Minden korosztályban tudtok tanácsot adni?

Jóska: Kérem az Olvasókat, hogy ne vegyék nagyképszerűségnek, de lassan 25 évnyi tapasztalattal a hátunk mögött, azt mondom: igen, minden korosztálynak tudunk segíteni. Az óvodástól a nagyszülőkhöz mindenkinek jól jön a természetes egészség. Az elején már mondtam, hogy nem gyógyítunk, hanem táplálkozási tanácsokat adunk. Nehéz elképzelni, de mondjuk, egy kis iskolásnak lehetnek ugyanolyan panaszai, mint a szüleinek, vagy a nagyszüleinek. Néhány terület, amiben segíteni tudunk: a legáltalánosabbak az emésztési gondok és ezek helyreállítása. Az utóbbi időben sajnos egyre több párnál nehezen lesz kisbaba, ami javarészt a hormonrendszer kiegyensúlyozatlanságából fakad, de ennek hátterében állhatnak táplálkozási hiányosságok, a mozgás hiánya és persze a stressz. Egyáltalán nem mindegy, hogy aki babát szeretne, mit eszik, az hogyan szívódik fel (hasznosul) és rendben van-e az anyagcseréje. Másik fontos terület az immunrendszer. Manapság már egy vírus leküzdése egyeseknek hetekbe telik, tehát jobban van szükség stabil immunrendszerre, mint valaha. Ide tartozik az allergiák széles köre is. Sportolás utáni regenerálódás, keringési panaszok (magas vagy alacsony vérnyomás), mosószerektől szerzett bőrirritációk, zöldség-gyümölcs megtisztítása a permetezőszerektől, valamint a ruhák és a lakás környezetbarát anyaggal való tisztántartása. Nem kevés, de ezek mind olyan területek, amiben megoldást tudunk nyújtani sokaknak.

„...az egészségre költeni még nem trendi.”

Néhány éve már komoly hadjárat indult az egészséges táplálkozás kihangsúlyozására. Szinte már a csapból is ez folyik. Véleményetek szerint hozott ez bármi változást az emberek életében? Van, amit szerintetek másképpen kellene kommunikálni?

Jóska: A divathóbortok, meg a tájékoztatatlanság szedi az áldozatait. Az

internet amilyen áldás, olyan átok. És az egészség egy nagyon kényes terület. Mindenki szeretne sokáig egészséges lenni, jól kinézni. Csak tenni érte? Az már nehezebb. Ha azt mondom, hogy ne igyon bolti tejet, az emberek fele felakasztana. Pedig jobb, ha tudják, hogy 1 liter tehéntejből több liter tejipari termék készül. Mitől lesz ilyen sok? A választ mindenkire rábízom. Az sem véletlen, hogy ennyi „allergiás” ember van. Egyetértek azzal, hogy már a csapból is az egészséges táplálkozás folyik, mégis egyre több a beteg ember. Makacsok vagyunk, tíz körömmel ragaszkodunk a megrogzott szokásokhoz, az egészségre költeni még nem trendi. A „külcsein” még mindig előbbre való, mint a „belbecs”. Majd ha már moccanni sem bírunk, akkor talán ... A távol-keleti egészségkultúrát még kevéssé értékeljük. A kínait sokan azonosítják a gagyival. Pedig jó, ha tudjuk, hogy a csillagászatot, a matematikát, a földművelést és a kínai orvoslást Kína adta az emberiségnek. 5000 év tapasztalata a Regeneráció filozófiájába sűrítve!

Ti magatok maximálisan be tudjátok tartani az általatok tanácsolt táplálkozási formákat? A családok is követi az életmódotokat? Mi az, amit elsődlegesen szem előtt tartotok?

Edina: Bizonyos dolgokat egyszerű betartani. Nálunk sosem volt otthon chips, meg Cola. Bocsnat, hogy nevén nevezem a dolgokat, de a sunynyogással semmire nem megyünk. A családban három fogorvos is volt, mind azt mondta, hétvégén egyen a gyerek édességet, és utána mosson fogat. A lányunk nagyon igyekszik egészségesen táplálkozni, és a fiunk is követi már. Érdekes, hogy a férfiakkal picit nehezebb, gyorsan kijelentik, hogy ők nem állnak át „nyúlba”! Ezt persze senki nem kívánja. Igyekszem egészségesen főzni, de a dogmáktól távol tartom magunkat. Mondok egy egyszerű dolgot: a fasírtba például hámozott, reszelt cukkinit tesztek kenyér helyett, egyébként meg minden fűszert, kemény tojást ugyanúgy. Amikor először csináltam, még mindkét gyerek otthon lakott. Mi a lányommal megettük ebédre, és lestük, hogy mit szólnak majd a férfiak estére. Érték-ették, láttuk az arcukon, hogy valamit furcsállnak. Gondoltam, nem várom meg a kérdést,



megmondtam nekik, hogy: cukkini. Két perc alatt megbeszéltük, azóta úgy van. Ami fontos: az élelmiszer tápértéke és hogy jóízűen, örömmel fogyasszuk, valamint tudjuk, hogy a táplálkozási réseket mivel töltjük be.

„Bizonyított tény, hogy aki főz, illetve házi készítésű ételt eszik, az tovább él.”

Melyek azok a legfontosabb tanácsok, amelyeket kivétel nélkül meg kellene fogadnia mindenkinek az egészséges táplálkozás kialakításához, megőrzéséhez?

Józsa: Használjuk az eszünket, válto-gassuk meg az információkat, hiszen rólunk van szó. Mielőtt bármit elfogadunk, nézzük meg ki, vagy mi áll mögötte. Sokszor előfordul, hogy több különböző weboldalról nyert információ mögött ugyanaz az ember áll. A gyanútlan olvasó azt hiszi, több helyről kapott megerősítést! Ami a hagyományos értelemben vett táplálkozást illeti, legegyszerűbb otthon főzni. Bizonyított tény, hogy aki főz, illetve házi készítésű ételt eszik, az tovább él. Az egyik legfontosabb kérdés, hogy meg tudjuk-e kellőképpen tisztítani a feldolgozni szánt alapanyagot. Ez a lépés kihagyhatatlan. Alapanyagok tekintetében érdemes a tányért úgy felosztani, hogy a legnagyobb részt a zöldségek foglalják el, és amennyire csak lehet, minimalizáljuk az egyszerű

(könnyen felszívódó) szénhidrátok mennyiségét. Fontos felismerni, hogy szénhidrát (ami létfontosságú elem) nem csak a pékáruban vagy rizsben, krumpliban és tésztaiban található, hanem a gyümölcsökben, zöldségekben, hüvelyesekben is. Utóbbiak tápértéke jóval magasabb és lassabban is szívódnak fel a szervezetben a magas rosttartalmuknak köszönhetően, ezzel tovább tartják fent az energia szintünket. Edina: A zsírok szintén fontosak az optimális működéshez, de meg kell válogatni, milyen zsírokat fogyasztunk. Ráadásul, ha napi étrendünkben növeljük ezek mennyiségét, és ezzel párhuzamosan csökkentjük a gyorsan felszívódó szénhidrátok mennyiségét, akkor nagy esély van rá, hogy fogyni fogunk és energiánk is több lesz.

„Rendszeresen részt veszünk hazai és külföldi konferenciákon.”

Milyen képzéseken vettek részt, honnan gyűjtitek az új információkat?

Józsa: 1994 óta sok helyen, sok képzésben vettünk részt. Kétszer is volt lehetőségünk a „gyökerek” helyszínén, Kínában járni. Tudományos kutatásaim során itthon és külföldön is folyamatosan képeztem magam, és a mai napig segítem az utánam jövő nemzedékeket. Edina elvégezte az

Életmód – tanácsadó és Terapeuta szakot, minden vizsgát letett. Büszke vagyok rá. Szerinte ez azért fontos, mert hiába van 25 év tapasztalata, ha nincs róla papírja. Mindig azt mondta, hogy tőlem mindenki mindent elfogadott, neki közel 5 évbe telt. Ez egy ilyen ország. Sok könyvet olvasunk a témában, - régiiket és maiakat-, meghallgatjuk az előttünk járó generáció nagyjait. Rendszeresen részt veszünk hazai és külföldi konferenciákon. Hála az internetnek, itthonról is be tudunk csatlakozni nemzetközi konferenciákba, így is bővítjük táplálkozási ismereteinket. Igyekszünk „napra készek” lenni.

Milyen terveitek vannak a jövőre nézve? Legfőképp itt Sukorón milyen helyszíneken, fórumokon találkozhatunk veletek?

Edina: Nagy örömünkre szolgál, hogy Polgármester Asszonynál nyitott fülekre találtunk. Szeretnénk rendszeressé tenni egészségmegőrző előadásainkat. Nagy megtiszteltetés, hogy az iskolában is felkérték erre bennünket. Akárhonnan nézem, alapvetően tanítók vagyunk, ez áll hozzánk a legközelebb. Így szeretnénk szolgálni Sukoró egészségét.

Gyere velünk!

Egyház, közélet

Értelmiségi körünk legutóbbi találkozói:

2015. október 17-én dr. Szabó Csaba Attila egyetemi tanár, a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem Hálózati Rendszerek és Szolgáltatások Tanszéke professor emeritusa volt vendégünk. „A televíziózástól a közösségi médiáig; a médiaterjesztés és -fogyasztás átalakulása napjainkban” c. előadásával az egyik legizgalmasabb témát érintette.

2015. november 14-én ismét Osskó Judit szerkesztő asszony vett bennünket pártfogásába: közbenjárására az Országház látogatóközpontját mutatta meg csoportunknak a beruházás főépítésze, Tima Zoltán.

2015. december 12-én Somhegyi Béla filmrendező mutatta meg nekünk a Holdfény királyság c. filmet.

2016. január 30-án Tóth Péterné mérnök, az Elektrotechnika folyóirat főszerkesztője volt vendégünk. „Közérthető energetika” c. előadásával a jövő kérdéseit feszegette.

2016. február 27-én Reskóné dr. Nagy

Mária mikrobiológus volt vendégünk, aki a Velencei-tó mikrovilágáról tartott igen élményszerű előadást, kitérve a tó történetére és a tágabb összefüggésekre is, mindezt gazdag képanyaggal illusztrálva.

2016. március 19-én dr. Szabó T. Attila egyetemi tanár, biológus, természettudományi szakíró volt vendégünk. Előadása édesapja életművéről és az „Erdélyi magyar szótörténeti tár” c. egyedülálló műről szól.

2016. május 28-án Bécsbe látogattunk, ahol Zottner Gábor informatikus és Mihalovics Réka gitárművész szervezésében és vezetésével jártuk a várost, miközben a gyerekek a schönbrunni állatkertben néztek körül.

2016. szeptember 24-én Bacskai Bálint budapest-józsefvárosi református lelkipásztor előadását hallgattuk és beszéltek meg: Misszió a fogyasztói szemléletű Európában.

2016. október 22-én Szalai Attila ny. diplomata, újságíró, polonista volt vendégünk. Előadásában Szepsi Csombor Márton református lelkész utazásairól, illetve a „Polonica Varietas” című, frissen megjelent könyvéről beszélt.

2016. november 19-én dr. Sápi Zoltán egyetemi tanár, a Budapest-Újpalotai Református Missziói Egyházközség kurátora volt körünk vendége. Előadásának címe: „A daganatokról: diagnosztika, kutatás, a daganatos beteg tájékoztatása” volt, amit élénk beszélgetés követett.

2016. december 3-án Gulyás Gyula Balázs Béla-díjas filmrendezővel néztük meg a „Búcsúzás” c. dokumentumfilmet.

2017. január 28-án dr. Németh Balázs okleveles autógépész mérnök, kutató, az MTA SZTAKI munkatársa, a BME oktatója, a Műegyetem református lelkipásztor volt vendégünk. „Autonóm járműirányítás” címmel elhangzott előadásában a küszöbönálló hihetetlen változásokat vázolta fel.

2017. február 18-án Tardos Gergely, az OTP Bank vezető közigazdászának előadását hallgattuk meg a makrogazdasági folyamatokról, aztán interaktív beszélgetést is vállalt körünk jelenlévő tagjaival.

Kardos Ábel



Július 1. 19 óra
Pintér Dávid hegedűművész
és Váray Rita zongoraművész estje

Július 15. 19 óra
Gárdonyi Dániel orgonaművész
hangversenye,
a müncheni ősbemutatót követően
magyarországi bemutatóval

Július 29. 19 óra
Kórus Spontánusz (Sopron),
művészeti vezető: Kocsis-Holper Zoltán

Augusztus 19. 19 óra
Balog Zsolt zongoraművész
és Vámosi-Nagy Zsuzsa fuvolaművész
CD-bemutató hangversenye

A keresztút

Jeruzsálemben van egy út, melyet Via Dolorosának (a fájdalmak útjának) neveznek. A hagyomány szerint Jézus ezen az úton haladt elítélésekor a Golgotáig. Napjainkban is sok zarándok keresi fel ezt a helyet és imádságos lélekkel járja végig, elmélkedve Jézus keresztútjáról. Napjainkban minden katolikus templom falán megtalálható a 14 stáció (állomás), melyet különösen nagyobb idejében elmélkedésekkel egybekötött imaként várják végig. A karácsonyi idő betlehemeséhez hasonlóan a keresztút járásában is nagy szerepe volt a ferenceseknek, akik még Szent Ferenc életében jutottak el a szentföldre. Az állomások száma sokszor változott, mert több eseményről is megemlékeztek. 1731-ben és 1742-ben a Katolikus Egyház a Porto Maurizio-i Szent Lénárdhoz köthető 14 állomást fogadta el. Azóta nem csak a templomokban, hanem domboldalal mentén is elerjedtté vált a keresztút. (Sukorón mindkét forma megtalálható).



Sukorói Keresztút

Jézus keresztútján a következőkről emlékezzünk meg:

1. Jézust halálra ítélik
2. Jézus vállára veszi a keresztet
3. Jézus először esik el a kereszttel
4. Jézus anyjával találkozik a keresztúton
5. Cirenei Simon segít Jézusnak vinni a keresztet
6. Veronika megtörli kendőjével Jézus arcát
7. Jézus másodszor esik el a kereszttel
8. Jézus beszél a síró asszonyokhoz
9. Jézus harmadszor esik el a kereszttel
10. Jézust megfosztják ruhájától
11. Jézust keresztre szegezik
12. Jézus meghal a kereszten
13. Jézust leveszik a keresztről és anyja ölébe helyezik
14. Jézust eltemetik

Helyenként a 15-ik stációként említik a „Resurexit!” (Jézus föltámadt) állomást. A stációk anyagát tekintve nincs meghatározás, lehet kőből, fából, gipszből, vászonból (festmény), ami viszont fontos elem, hogy mindegyik állomást egy kis kereszttel jelölnek meg. A számok általában római számmal vannak írva, helyenként szöveggel a tartalmat is feltüntetve.

Récsesi Norbert

Kultúra - közélet



Tisztelt Lakosság!

Szeretnénk gazdagabbá tenni Sukoró Néprajzi Házának gyűjteményét, tervezünk egy helytörténeti kiállítás létrehozását.

Ezúton szeretnénk kérni a kedves helyi lakosság segítségét.

Amennyiben otthonában, családjában, ismerősi körében tudomása van olyan régi használati vagy berendezési tárgyról, amelyet szívesen felajánlana, kérjük, juttassa el a helyi értéktár gyűjteménybe.

Továbbá a település tervezi egy helyi írásos és képi emlékekből álló kiállítást



létrehozását. Ha az Ön vagy környezetének tulajdonában akad olyan képi vagy írásos dokumentum a múltból, mely akár régies fogalmazásában, külsejében vagy írásképében különlegességet nyújt a mai ember számára, és nyilvános, kérjük hozza el a Polgármesteri Hivatalba. Az eredeti dokumentumot másolás / szkennelés után visszaadjuk, ha igényt tart rá a tulajdonos. Felajánlásukat jelezhetik, kérdéseiket feltehetik Székely Rékánál a kultura@sukoro.hu e-mail címen és a 06-0-717-7601 telefonszámon.

Köszönjük felajánlásaikat!



Könyvtári nyitvatartás:

Hétfő: 15:00-17:00
Kedd: 10:00-12:00
Szerda: 14:30-16:30
Csütörtök: 10:00-12:00
Péntek: Szünnap
Szombat: 10:00-12:00

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



Néprajzi Ház nyitvatartás:

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

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



BABICS LÁSZLÓNÉ KATA CSALÁDI FODRÁSZ

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

**Sukoró, Fő utca 66.
hétfő, szerda, péntek**

**Telefon:
06-20-263-13-21**



Lara Nails

Szeretettel várom régi és új vendégeimet műköröm építésre, manikűrre, kézmasszázsra, egyéb kéz ápolásra!

**Sukoró, Fő utca 66.
Telefon:
06-30-374-2247**

Szelektív hulladékgyűjtés

Tisztelt Sukoróiak!

Felhívjuk figyelmüket, hogy a szelektív üvegyűjtő edények a Posta épülete mögötti parkolóból átkerültek a óvoda épülete mellett található gazdasági bejárat mellé.

Kérjük Önöket, hogy ezentúl ide helyezték a szelektíven összegyűjtött üveghulladékot.

Köszönjük az együttműködésüket!

Sukoró Község Önkormányzata



BABAHÍREK

Horváth Imola
2016. 12. 10.

Büki Anna
2017. 02. 02.

Marczinkó Ármin
2017. 02. 03.

Fekete Hunor
2017. 02. 13.

**Ingyenes internet-hozzáférés
Sukoró közterületén**



A Sukoró Községi Önkormányzati Hivatal parkolójában, az iskola előtti téren és a játszótéren ingyenes WIFI kapcsolódási lehetőséget biztosít Sukoró Községi Önkormányzata.

Mert mindenki szeret nevetni...

2017. február 10-én Badár Sándor önálló estjével véget ért a Sukorói Dumasínház 2016/2017-es évada.

A három estés előadás sorozat rendkívül sikeresen zárult, hiszen minden alkalommal teltházas közönség várta a fellépőket: Felméri Pétert, Benk Dénest és Csenki Attilát, valamint Badár Sándort.

Pozitív visszajelzések érkeztek mind a közönség részéről, mind pedig az előadóktól, így Sukoró Községi Önkormányzata megígérheti, hogy a jövőben is lesznek Stand-up műfajú esték a helyi Kultúrházban.

Égetési napok 2017. tavasz

Március 4. (első szombat)

Április 1. (első szombat)

Május 6. (első szombat)

KÖNYVAJÁNLÓ

**Joanna Courtney:
A walesi királyné**

Anglia egén viharfelhők gyülekeznek, trónörökös híján pedig egyre bizonytalanabbá válik mind az utódlás, mind az ország sorsa. A sorozatos háborúkban ráadásul odavész a kulcsfontosságú pozícióban lévő Northumbria grófja, a királyi tanács ezért összeül, hogy megválasszák az utódját.

A nyilvános eseményen részt vesz a szépséges és csupán tizennégy éves Edyth



Alfgarsdottir is. A lány heves vérmérsékletű apja, Alfgar gróf azonban elveszíti a fejét, meggondolatlansága pedig nem marad büntetlenül: az uralkodó száműzi őt. A férfi egyedül a híres és rettegett walesi királytól, Griffintől remélhet segítséget, így családjával hozzá menekül. A nálánál jóval idősebb király rögtön szemet vet Edythre, és a lány sem közömbös a férfi iránt, de ha enged a kölcsönös vonzalomnak, nagy árat kell fizetnie a szerelmükért: szeretett Angliáját kell megtagadnia.

Az időközben Wales királynéjává lett fiatal lány nagy hatalmú asszonnyá válik, és a vesztérhes időkben, az 1066-os sorsfordító évben neki is választania kell. A választásán azonban nemcsak az övéi, hanem országuk sorsa is múlik...

Joanna Courtney trilógiájának, a Hódítók asszonyainak első kötete igazi csemege a történelmi regények kedvelőinek. Edyth sorsán, megpróbáltatásain keresztül élénk tárul a tizenegyedik századi Anglia, királyok és királynék, grófok és grófnék élete, amely nem kevés izgalomban és érzelemben bővelkedik.

**Carlos Ruiz Zafón:
Angyali játszma**

A húszas évek Barcelonájában egy titokzatos idegen felkeres egy reménytelenül szerelmes fiatal írórt. Visszaautasíthatatlan ajánlatot tesz neki: rengeteg pénz, és

talán egyéb jutalmak is várják, ha megbeszélte időre megírja a Könyvet, amely mindenek feletti hatalommal bír. Az író elvállalja a munkát, és ezzel ördögi csapdába kerül; hidegvérű gyilkosok, kegyetlen kopók, áruló barátok és csalfa szerelmek kísérik temetőkön és kísértetkastélyokon át, hogy végtére is leleplezze azt, aki a szálakat mozgatja.

Kezdődjön hát az ANGYALI JÁTSZMA...



Carlos Ruiz Zafón a világ egyik legismertebb írója. A szél árnyéka című első regénye hatalmas nemzetközi sikert aratott. Művei több mint negyven nyelven jelennek meg, páratlan hangulatú, szépséges, érzelmes és filmszerű regényeivel olvasók millióit hódította meg világszerte. Lenyűgöző új regénye valóságos labirintus, tele titkokkal, szenvedéllyel, és a könyvek iránti sosem múló szerelemmel.

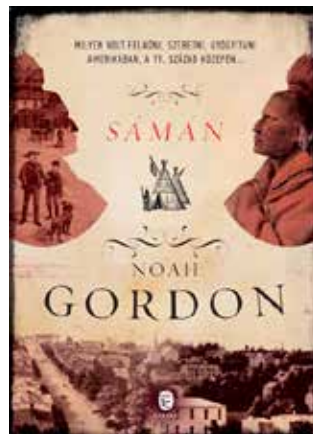
**Noah Gordon:
Sámán**

A Sámán a tizenkilencedik században játszódik, a Cole család két nemzedékének életét s az Egyesült Államok létrejöttében játszott érdekesítő szerepét követi nyomon. 1839-ben dr. Robert Judson Cole politikai okoknál fogva menekülni kényszerül szülőhazájából, Skóciából, s az Újvilágba hajózik.

Először Bostonban folytat orvosi gyakorlatot, majd Illinois-ban telepszik le mint orvos és birkatenyésztő. Gyerekkora óta megszállotta az amerikai indiánoknak, nem is nyugszik amíg rá nem talál a száuk törzs utolsó, életben maradt képviselőire, akik elnevezik Fehér Sámánnak, és egyszer s mindenkorra megváltoztatják életét. Rob J. legnagyobb tragédiája fiának, Robert Jefferson Colenak, azaz Sámánnak siketsége.

Sámán élete nem könnyű. Először meg kell tanulnia beszélni, hogy megállja

helyét a hallók világában, aztán meg kell küzdenie egy olyan társadalom előítéleteivel, ahol a fizikai másság nagyon is számottevő tényező. Mire Sámánt befogadják, s belőle is nagyszerű orvos válik, a Cole család, akárcsak a legtöbb amerikai, belekeveredik Észak és Dél konfliktusába.



Ez a nagylegzetű családrégény egy alakuló nemzet mindennapjainak állít hiteles emléket. Hol gyöngéd, hol hátborzongató az a leírás, amit a két Cole doktortól kaptunk, az asztonyokról, akiket szerettek, a brutális gyilkosságokról, a hozzá nem értés sötét századaiból végre kiemelkedő orvostudományról és azokról a szenvedélyes emberekről, akik komoly áldozatokra is hajlandók, hogy őszi hitük diadalra jusson. Noah Gordon ezért a regényéért – amely eddig tizenöt nyelven jelent meg, bestseller volt Spanyolországban, Olaszországban, és csak Németországban kétfélmillió példány kelt el belőle – megkapta az Amerikai Történelmi Társaság James Fenimore Cooper-díját, valamint a német Bertelsmann Könyvklub „Az év írója” díját.

EGÉSZSÉGNAP 2017

Először is szeretném megköszönni mindenkinek ezen a napon nyújtott munkáját, segítségét, támogatását. 2008-tól évenként, kora tavaszi időpontban kerül megrendezésre Sukorón az egészségnap. Minden évben változatos illetve már várva várt szűrési lehetőségekkel várjuk Önöket. Próbálunk minden évben, minél több vizsgálatot közelebb hozni a lakóhelyünkhöz. Ilyenkor rövid időn belül többfajta diagnózissal lehetünk gazdagabbak.

A napot gerinctornával indítottuk, amely után – a résztvevők elmondása alapján – pár gyakorlat rendszeres beiktatása hasznos lenne a hétköznapi életben.

Rendszeres résztvevő a Kírst optika, ahol objektív képet kaphattunk szemünk állapotáról.

Az Amplifon által nyújtott lehetőség megmutatta hallásunk minőségét. Az évenként kötelező tüdőszűrést is el tudták végeztetni ezen a délelőttön.

Véradásra is rendszeresen lehetőség adódik, amellyel segíthetünk más embertársainkon. A véradásnak sokszor csak akkor tulajdonítunk jelentőséget, amikor valamilyen közeli ismerősünk, családtagunk számára válik szükségessé egyéb vérkészítmény.

Ezen a napon lehetőség van a vérucor és a vérnyomás ellenőrzésére is. A bőrgyógyász szakorvos pedig hasznos tanácsokkal látta el a hozzá forduló embereket.

Évek óta vendégül látjuk Pipere Pannit, aki különböző egészséges alapanyagból készülő szappanokat, egyéb termékeket kínál számunkra.

Az idei évben lehetőségünk volt a



Kultúra - közélet

mentális fittségünk és szívünk állapotának felmérésére.

Meghallgathattuk Hauberl Emökét a kineziológia hatékonyságáról.

Jelen voltak az ÁNTSZ egészségfejlesztési iroda dolgozói, akik a rákszűrés jelentőségére hívták fel a figyelmet és közben lehetőség volt karkötő készítésére is, ami a későbbiekben emlékeztet az itt elhangzottakra. Képet kaphattunk arról, hogy milyen mértékben fenyeget bennünket az egyik legnagyobb népbetegségnek számító cukorbetegség.

Köszönjük szépen minden gyermeknek a szép rajzokat, amelyek egész nap megtekinthetőek voltak az intézmény falain.

Köszönjük a szép számban összegyűlt plüss állatokat, melyeket a közeli mentőállomásokra juttatunk majd el.

Reméljük hasznos volt minden érdeklődő számára ez a nap és jövőre is várunk mindenkit szeretettel.

Bédné Molnár Hajnalka
védőnő



KERESZTREJTVÉNY és SUDOKU

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

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

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

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

MEGFEJTÉS, 1. RÉSZ	TILTOTT DOLOG	VILÁGOS ANGOL SÖR	HARCOLVA VISZÁLYKODIK (villong)	AMPER, RÖV.	RÁBÁ-KÖZI FALU (szany)	AJTÓT (BET-CSUKÓ)	KÖBÁNYA SPORT CLUB, RÖV.	IZGULNI KEZDI	HASÍTÉK A RUHÁN	ÖVEZET	MÁTKA, MENYASSZONY	BÁNAT, SZOMORÚSÁG	
													A
OSZTRÁK AUTÓJEL ALADÁR, BEC.				LOBOGÓ PÓZNÁJA ICSILLA PODIK								HID KÖZPEI KÉPZŐ, -TAT PÁRJA	
TESTKÖZELI KÜZDELEM A BOKSZBAN								INDONÉZ NOB-JEL TENGERRI RAGADÓZÓ					
AZ URÁN VEGYELE		LINÓLEUM, RÖV. FELVÁGÁS, ÖNTELTSÉG					CIRKA, RÖV. BABAKÖSZÖNÉS				PÁRTI ZSINÓRZAT A MENTEN		
MEGFEJTÉS, 2. R. MEGFEJTÉS, 3. R.						SONKAIZÉSTÓ LÉ TESTTÁJÉK				KURJANTÓ SZÓ ELNE-SPORT			
RÉGI HOSSZMÉRTÉK (kb. 60 cm)					KACSA MONDIAI KLUB EGYEDE					NOSTÉNY ÖZ JOGERŐ KEZDETEI			
HARANGOT KONGATÓ, NÉP.							SOPÁNKO-DÁS SZAVA EFFELE, KÖLTŐIEN					NEVELŐ KÖZTÁRS. ELNÖK (JÁNOS)	
DÍSZBEN ÁLL!			BEC. DÁNIEL A VÖLGY-BE SZALAD						ZENEI SKALA 8 HANGJA KEZI RAGADÓZÓ				
HELYRÁG, -NÉL PÁRJA				FRANCIA ÖSLAKÓ EGYKOR. VALAHA						MOHAMEDÁN BÍRÓ PIACI ÁRUS			
HEVES MEGYE SZÉK-HELYE					FURAT, NYÍLÁS RÁADÁS A MENZÁN						SÖR, RÉ-GIESEN MEGFEJTÉS, 4. R.		
SOUTH (DÉL, ANGO-LUL), RÖV.	FELESÉG PÁRJA GYÓGYÍTÓ DOKTOR						NYAK-LEVES, TRÉFÁSÁN PILLANGÓ					A TETE-JERE FARMER-MÁRKA	
MOULIN ... PÁRIZSI MŰLATO							FEL-ALÁ, MÉSKEPP HARMAD-RÉS!					A GRAMM JELE VESZTÉS-SÉG	
FERTŐBEN VANI!				ELÓTAG-ELŐTTI...TAK; KEVEGÉS					MOSZKVIC-S-MODELL				
NÉMÁN FÜVŐ!				ÜTEM, IRAM ITAL, FOLYADEK							A HAZA BÖLCSE (FERENC) FEL KEVE!		
HAJNAL-KÓ						GABONA-NYALÁB NORVÉG AUTÓJEL						A RÁDIUM VEGYELE AZ A SZEMÉLY	
													A TÁRGY RAGJA
	S												

Kultúra - közélet

Tavaszi DIY

Tavasszal ne csak otthonunkat vagy szobánkat dobjuk fel tavaszi dekorációkkal, hanem teraszunkat és kertünket is. Ehhez adunk 1-2 jó ötletet:

I. Nagyobb lapos kavicsok befestésével csodaszép kerti vagy terasz dekorációkat készíthünk, a gyerekek imádni fogják: fessünk a kövekre akrill festékekkel tavaszi motívumokat: például katicabogarat, de az egyedi formájú kavicsokból is szuper dolgok készülhetnek.



II. Tavaszváró ajtódíszítésre néhány ötletes megoldás:



Pákozdi-Sukorói Arborétum és Szabadidőpark felhívása

Kedves Vendégeink!

2017-től a következő változások, fejlesztések kerülnek sorra:

- Röpdé épül, amelynek köszönhetően testközelből figyelhetjük meg a madarakat.
- A szakvezetés kérhető érdekes, gyermekeknek szóló foglalkoztató füzetrel is.
- A növények fajnevei mellé (offline működő) QR kódok lesznek kihelyezve, amelyek segítenek megismerni az arborétum növényvilágát.



A fejlesztések miatt az árjegyzék is változik.

Részletek: www.vadex.hu

Nyitvatartás:

március közepétől október végéig
hétfő: zárva tart (pihenőnap)
kedd, szerda, csütörtök, péntek,
szombat, vasárnap: 9.00 - 18.00

III. A fűszernövények mindenütt jól mutatnak, főleg, ha ötletes az elrendezésük:



IV. Végül néhány újrahasznosítási ötlet:



PET – palackból süni

Konzervdobozból színes virágcserep

Teljeskörű FOTÓ és VIDEÓ szolgáltatás

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



- IGAZOLVÁNYKÉPEK AZONNAL!

Régi VIDEÓK (VHS, VHS-C, 8MM, Hi8 stb...)

Mozi FILMEK (8mm, Super 8mm)

átírása DVD-re!

Fotográfia

Sukoró, Lankás u. 19 06-30/300-0710

Szállítási nap áthelyezése kizárólag a Húsvét Hétfőt és az Újév napját érinti!

Más ünnepnapokon a szállítás zavartalan.

Depónia Hulladékkezelő és Településtudományi Nonprofit Kft.
Székhely: 8000 Székesfehérvár, Sörház tér 3. Tel.: 22/507-419 Fax: 22/507-420
www.deponia.hu e-mail: titkarsag@deponia.hu



2017. évi hulladéknapotár - Sukoró

Január	Február	Március	Április	Május	Június	Július	Augusztus	Szeptember	Október	November	December
1 V	1 Sze	1 Sze	1 Szo	1 H komm	1 Cs szelektív	1 Szo	1 K	1 P	1 V	1 Sze	1 P
2 H komm	2 Cs szelektív	2 Cs szelektív	2 V	2 K	2 P	2 V	2 Sze	2 Szo	2 H komm	2 Cs szelektív	2 Szo
3 K	3 P	3 P	3 H komm	3 Sze	3 Szo	3 H komm	3 Cs szelektív	3 V	3 K	3 P	3 V
4 Sze	4 Szo	4 Szo	4 K	4 Cs szelektív	4 V	4 K	4 P	4 H komm	4 Sze	4 Szo	4 H komm
5 Cs szelektív	5 V	5 V	5 Sze	5 P	5 H komm	5 Sze	5 Szo	5 K	5 Cs szelektív	5 V	5 K
6 P	6 H komm	6 H komm	6 Cs szelektív	6 Szo	6 K	6 Cs szelektív	6 V	6 Sze	6 P	6 H komm	6 Sze
7 Szo	7 K	7 K	7 P	7 V	7 Sze	7 P	7 H komm	7 Cs szelektív	7 Szo	7 K	7 Cs szelektív
8 V	8 Sze	8 Sze	8 Szo	8 H komm	8 Cs zöld	8 Szo	8 K	8 P	8 V	8 Sze	8 P
9 H komm	9 Cs	9 Cs	9 V	9 K	9 P	9 V	9 Sze	9 Szo	9 H komm	9 Cs zöld	9 Szo
10 K	10 P	10 P	10 H komm	10 Sze	10 Szo	10 H komm	10 Cs zöld	10 V	10 K	10 P	10 V
11 Sze	11 Szo	11 Szo	11 K	11 Cs zöld	11 V	11 K	11 P	11 H komm	11 Sze	11 Szo	11 H komm
12 Cs	12 V	12 V	12 Sze	12 P	12 H komm	12 Sze	12 Szo	12 K	12 Cs zöld	12 V	12 K
13 P	13 H komm	13 H komm	13 Cs zöld	13 Szo	13 K	13 Cs zöld	13 V	13 Sze	13 P	13 H komm	13 Sze
14 Szo fenyő	14 K	14 K	14 P	14 V	14 Sze	14 P	14 H komm	14 Cs zöld	14 Szo	14 K	14 Cs
15 V	15 Sze	15 Sze	15 Szo	15 H komm	15 Cs	15 Szo	15 K	15 P	15 V	15 Sze	15 P
16 H komm	16 Cs	16 Cs	16 Szo komm	16 K	16 P	16 V	16 Sze	16 Szo	16 H komm	16 Cs	16 Szo
17 K	17 P	17 P	17 H	17 Sze	17 Szo	17 H komm	17 Cs	17 V	17 K	17 P	17 V
18 Sze	18 Szo	18 Szo	18 K	18 Cs	18 V	18 K	18 P	18 H komm	18 Sze	18 Szo	18 H komm
19 Cs	19 V	19 V	19 Sze	19 P	19 H komm	19 Sze	19 Szo	19 K	19 Cs	19 V	19 K
20 P	20 H komm	20 H komm	20 Cs	20 Szo	20 K	20 Cs	20 V	20 Sze	20 P	20 H komm	20 Sze
21 Szo	21 K	21 K	21 P	21 V	21 Sze	21 P	21 H komm	21 Cs	21 Szo	21 K	21 Cs
22 V	22 Sze	22 Sze	22 Szo	22 H komm	22 Cs	22 Szo	22 K	22 P	22 V	22 Sze	22 P
23 H komm	23 Cs	23 Cs	23 V	23 K	23 P	23 V	23 Sze	23 Szo	23 H komm	23 Cs	23 Szo
24 K	24 P	24 P	24 H komm	24 Sze	24 Szo	24 H komm	24 Cs	24 V	24 K	24 P	24 V
25 Sze	25 Szo	25 Szo	25 K	25 Cs	25 V	25 K	25 P	25 H komm	25 Sze	25 Szo	25 H komm
26 Cs	26 V	26 V	26 Sze	26 P	26 H komm	26 Sze	26 Szo	26 K	26 Cs	26 V	26 K
27 P	27 H komm	27 H komm	27 Cs	27 Szo	27 K	27 Cs	27 V	27 Sze	27 P	27 H komm	27 Sze
28 Szo fenyő	28 K	28 K	28 P	28 V	28 Sze	28 P	28 H komm	28 Cs	28 Szo	28 K	28 Cs
29 V	29 Sze	29 Sze	29 Szo	29 H komm	29 Cs	29 Szo	29 K	29 P	29 V	29 Sze	29 P
30 H komm	30 Cs	30 Cs	30 V	30 K	30 P	30 V	30 Sze	30 Szo	30 H komm	30 Cs	30 Szo
31 K	31 P	31 P	31 Sze	31 Sze	31 H komm	31 H komm	31 Cs	31 Cs	31 K	31 V komm	31 V komm

JELMAGYARÁZAT:

Kommunális hulladék gyűjtése (komm)

Fenyőfák, karácsonyfák elszállítása (fenyő)

Szelektív gyűjtés (szelektív)

Zöldhulladék gyűjtése (zöld)

Gyűjtési nap áthelyezése

Lotmalanítás (évi 1): házhoz menő, rugalmas lotmalanítás 2017.03.01-2017.10.31. között, a 06/22/202-260 számon törőként előzetes igénybejelentés alapján!

Közérdekű információk



Eseménynaptár 2017.

Március:

4. szombat 9.00 – 12.00 óra között – Egészségnap - Iskola Aula
10. péntek – 17.00 óra – Kissné Németh Klára – egyéni kiállítása - Kultúrház
15. szerda 10.00 - Ünnepség március 15. emlékére – Kultúrház
18. szombat 10.00 - Gyalogos túra – Angelika forrás, indulás a Református templom előtt

Április:

8. szombat – Nyusztúra – Iskola Aula
8. szombat – Szemétszedés
22. szombat - Borverseny – Kultúrház
24.-29. - Használtcikk-börze - Kultúrház
28. péntek – Májusfa állítás: Hagyományörző- és Polgárőr Egyesület
29. szombat – Tavasz kirándulás- Sportbarát Egyesület

Május:

9. kedd 10:00 – Pegazus Bábszínház
18. csütörtök – Múltidéző beszélgetés – Néprajzi ház
28. vasárnap – Gyermeknap – Horgászverseny egész nap

Június:

17. szombat – Mozdulj Sukoró – Sportegyesület
24. szombat – Mozdulj Sukoró – Sportegyesület
24.-25. Múzeumok Éjszakája a Néprajzi Házban

Július:

1. szombat – Mozdulj Sukoró – Sportegyesület
1. szombat 19:00 – Sukorói Zenés Esték
- Pintér Dávid hegedűművész és Váray Rita zongoraművész estje
8. szombat – Mozdulj Sukoró – Sportegyesület
15. szombat – Mozdulj Sukoró – Sportegyesület
15. szombat 19:00 – Sukorói Zenés Esték
- Gárdonyi Dániel orgonaművész hangversenye
22. szombat – Mozdulj Sukoró – Sportegyesület
29. szombat – Mozdulj Sukoró – Sportegyesület
29. szombat 19:00 – Sukorói Zenés Esték
- Kórus Spontánusz (Sopron), művészeti vezető: Kocsis-Holper Zoltán

Augusztus:

5. szombat – Mozdulj Sukoró – Sportegyesület
19. szombat 19:00 – Sukorói Zenés Esték
- Balog Zsolt zongoraművész és Vámosi-Nagy Zsuzsa fuvolaművész
19. Falunap – XI. Hagyományos Sukorói Halászléfőző Verseny
20. Alkotmány ünnepe – ünnepség a Kultúrház előtt – az új kenyér megáldása

Közérdekű telefonszámok:

Posta

06-22-589-004

Polgárőrség

Schieder István
06-30-946-90-41

Magán állatorvos

Dr. Somogyi Rita
06-30-530-54-34
Dr. Keresztes János
06-20-928-74-29

Falugazdász

Nagy János
06-70-436-24-61

E-ON Áramszolgáltató

Közvilágítás hibabejelentő (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: 8:00-12:00
csütörtök: 14:00-18:00

Folyékony hulladék elszállítása

megrendelhető:
LIQUID-PORTER Kft.
06-20-805-90-09

Méhraj befogása:

Horváth Zsolt
06-30-454-77-75

DRV Zrt. információs Pont

Velence, Szabolcsi út 40.
Ügyintézés: 06-40-240-240
Ügyfélfogadás:
hétfő: 8:00-15:00
csütörtök 8:00-18:00
péntek: 8:00-12:00

ALBA VOLÁN

elsősorban helyközi közlekedési információk
hétfőtől-vasárnapig:
4.00 - 23.00
06 -22-514-714

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

Ügyelet:

Velence, Balatoni u. 65.
Telefon: 06 (22) 311 – 104

Fogászati rendelés:

Göbölösné Dr. Sztafa Dorota
Pákozdi, Hősök tere
Telefon: 06 (22) 459-198

Gyógyszertár

2481 Velence, Balatoni u. 65.
Hétfőtől – péntekig:
8.00 – 20.00 óráig
Szombaton: 8.00 – 14.00

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

Szakorvosi Rendelőintézet

2481 Velence, Balatoni u. 65.
Rendelési idő:
Hétfőtől - péntekig
7.00 – 19.00 óráig
Telefon: 22-589-515



HUMÁN CSALÁDSEGÍTŐ ÉS GYERMEKJÓLÉTI SZOLGÁLAT

2481 Velence, Zárt utca 2.
Tel: 22- 470- 288,
Fax: 22- 589- 157
E-mail: human01@freemail.hu

"Küldetésünk az Ön biztonsága!"

Videófigyelő és riasztó rendszerek!

Szeretné biztonságban tudni otthonát vagy vállalkozását?

2.0 MP (Full HD) kamerák akár nettó 7980 Ft-tól!



Kobi Trade Hungary Kft.



Tel: 0620 568 6912.
info@kobitrade.eu
www.kobitrade.eu

HIKVISION

KÖZLETTI LAP

Sukorói Hírforrás

Sukorói Hírforrás a sukorói Önkormányzat hivatalos, ingyenes lapja, megjelenik időszakosan, 20 oldalon, 1000 példányban.

Felelős kiadó:

Sukorói Közös Önkormányzati Hivatal,
8096 Sukoró,
Óvoda u. 2/A.

ISSN
2416-0903