



NAGYKÖRÖS

ÖNKORMÁNYZATI HÍREK

XV. évfolyam 36. szám

2020. szeptember 4.

Ingyenes információs lap



Tanévnyitó Istentisztelet és ünnepély az Arany János Református Gimnázium, Technikum és Kollégiumban

Elkezdődött az iskola, amely együtt jár az évnyitóünnepséggel. Számos iskolában ezen esemény keretein belül mutatják be az új pedagógusokat és köszöntik az új diákokat. Nem volt ez másképp a nagy-körösi Arany János Református Gimnázium, Technikum

és Kollégiumban sem, ahol az új pedagógusokat virággal köszöntötték: **Rókané Szeke-res Gabriella, Palotai Rená-ta, Szűcs Klára, Varga Anna, Marton Balázs, Filó Bence** emellett esküt tett **Petró Eme-se** magyar-német szakos ta-nárnő és **Körtvélyesi Dávid**

történelem tanár és könyvtá-ro-s. A 2020/2021-es tanévet **Dr. Cziráné dr. Kőházi-Kis Tímea** igazgató nyitotta meg és bemutatta a nyár folyamán felújított gimnáziumot a diákok és pedagógusok számára, amely a törvényi szabályozás miatt új nevet is kapott. Az

épület szinte teljes egésze fel-újításon esett át, ezért az igaz-gatónő megkérte a régi és új tanulókat, hogy fokozott figyelemmel vigyázzanak isko-lájukra, hogy ilyen szép ma-radhasson.

Pavolek Renáta

Évnyitó a Toldi Miklós Élelmiszeripari Szakgimnázium, Szakközépiskola és Kollégiumban



A Toldi Miklós Élelmiszeripari Technikum, Szakképző Isko-la és Kollégiumban több mint ötszáz diák kezdte meg az idei tanévet. Az ünnepélyes tanév-nyitón csak a kilencedikesek voltak személyesen jelen, ők hat osztályban folytatják tanul-mányaikat az iskolában.

Kisné Rózsa Ibolya igazgató asszony örömet fejezte ki, hogy személyes jelenlét mellett, diákoktól „hangos” tantermekben kezdhettük az új tanévet, majd bemutatta a diákoknak **Maj-zik-Nagy Anette** matematika szakos tanárnőt, s sikeres tan-évet kívánt diákoknak, pedagó-gusoknak egyaránt.

Az ünnepségen *Máté And-rea 5/13.a* osztályos tanuló köszöntötte a pedagóguso-kat és diáktársait, akikkel már hat hónapja nem találkozott. A kilencedikeseket arra kérte, hogy akkor is ragaszkodjanak az álmaikhoz és céljaikhoz, ha a megvalósításuk lehetetlen-nek látszik. A gólyák nevében *Patik Lara 9.a* osztályos tanu-ló köszöntö meg a biztató sza-vakat.

A felsőbb évesek videofel-vételről követhették a tanév-nyitó ünnepséget.

További képek
lapunk 3. oldalán

Szigorú határvédelmi intézkedéseket rendeltünk el



Szigorú határvédelmi intézkedések technikai részleteit tekintette át az operatív törzs határellenőrzési akciócsoportja szombat reggeli ülésén – közölte Orbán Viktor miniszterelnök az akciócsoport ülése utáni Facebook-videójában.

A kormányfő kijelentette: „az ajtónkon kopogtató” második hullám megfékezése érdekében komoly intézkedéseket kell hoznunk,

elsősorban a vírus behurcolását kell csökkenteni. Ezek technikai részleteit tekintette át a határellenőrzési akciócsoport – mondta Orbán Viktor, kiemelve: képesek vagyunk arra, hogy ha összefogunk, mint tettük azt a járvány első hullámakor, akkor a járvány második hullámát is meg tudjuk fékezni. „Most még időben vagyunk” – fogalmazott.

Forrás: MTI



Ha lezárjuk a határokat és betartjuk a szabályokat, kordában tartható a vírus,

ezért szeptember 1-től

- külföldi állampolgár hazánk területére nem léphet be
- a külföldről hazatérő magyar állampolgárok kéthetes karanténba kell, hogy vonuljanak, vagy két nap különbséggel két negatív tesztet kell felmutatniuk
- a tranzitforgalom biztosított



Fotó: Krasznai-Nehrebeczky Mária

Együttműködik az Agrárminisztérium és az ITM mintegy 650 hektár új erdő létrehozásában

Több mint 3 millió facsemete elültetésével mintegy 650 hektár új erdőt hoznak létre az Agrárminisztérium (AM), valamint az Innovációs és Technológiai Minisztérium (ITM) együttműködésével, a program 2020 őszén indul el – jelentette be Zambó Péter, az AM erdőkért és földügyekért felelős államtitkára csütörtökön budapesti sajtótájékoztatóján.

Hozzátette, a négy elemből álló programban az első helyen a kormány azon vállalásának teljesítése áll, amely szerint minden megszületett gyermek után legalább 10 facsemetét ültetnek el évente. Ennek megvalósításáért az állami erdőgazdaságokkal együttműködve, minden megyében létrehozzák az újszülöttek erdejét, ami mintegy 1 millió facsemete elültetését és 150 hektár új erdő kialakítását jelenti.

Az újszülöttek erdejébe csak őshonos fajokhoz tartozó facsemetéket telepítenek, így például kocsánytalan tölgyet. A következő lépésként folytatják az erdőtelepítést az állami erdőgazdaságok által kezelt területeken és mintegy 250 hektár új erdőt hoznak létre mintegy 2 millió facsemete ültetésével. A program harmadik elemében a természet által eddig elvégzett munkára támaszkodnak és kisebb beavatkozásokkal (a megjelent inváziós fajok visszaszorítása, új facsemeték ültetése az üres foltokba) erdőt alakítják és jogilag is erdővé minősítik azokat a területeket, ahol felhagytak a mezőgazdasági műveléssel és megjelentek már kisebb fák és bokrok. Ezáltal továbbá mintegy 250 hektáron tudnak erdőt létrehozni – mondta Zambó Péter.

Forrás: MTI

Gyász

Ádám József (1925)

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

Hálás szívvel mondunk köszönetet mindazoknak, akik Édesanyánk

Kása Ambrusné

temetésén részt vettek, sírjára koszorút, csokrot helyeztek, fájdalunkban osztoztak.

Emléke szívünkben örökké él!

Gyászoló család

Idén is finom **dinnyével** lepte meg az időseket Szabóné Irházi Zsuzsanna



A hagyományokhoz híven, mint minden évben, most sem maradhatott el Szabóné Irházi Zsuzsanna települési képviselő kezdeményezése, a koronavírus ellenére sem, melynek során az

Arany János utcai Időskorúak Gondozóháza lakóit a nagykőrösi piacon, helyi termelőtől vásárolt édes görögdinnyével ajándékozta meg. A gyümölcsöt az ott lakók és a dolgozók is nagy



örömmel fogadták, hiszen a nyári melegben mindenki számára jólesik a hűsítő finomság. Az adagok kiosztása során, az egészség megővése érdekében Bugya László, a Nagykőrösi Hu-

mánszolgáltató Központ vezetője, és Szabóné Irházi Zsuzsanna települési képviselő is maszkot viselt.

Pavolek Renáta

További képek...

*Arany János Református Gimnázium,
Technikum és Kollégium*

*Toldi Miklós Élelmiszeripari Szakgimnázium,
Szakközépiskola és Kollégium*





HONOSÍTÁS

A Szózat éneklését követően 1 fő honosítására került sor a Nagykőrösi Polgármesteri Hivatalban 2020. augusztus 27-én, aki az állampolgársági esküt dr. Czira Szabolcs polgármester előtt tette le, és tőle is vehette át a Honosítási Okiratot.

**Szívből gratulálunk
magyar állampolgárságához!**

Elkezdődött az iskola – rendőreink és polgárőreink vigyáznak a közlekedőkre!



Mint arról az Önkormányzati Hírek előző lapszámában beszámolt, szeptember 1-jétől fokozott volt a rendőri jelenlét a főbb, iskolák közelében lévő gyalogátkelőhelyeknél. Iskolakezdéskor mindig egy je-

lentősebb forgalom generálódik mind a gyalogos, mint az autós közlekedésben, sokan a szabadságról visszatérve indulnak vissza dolgozni, a fiatalok megkezdik, vagy folytatják tanulmányaikat. Képeink a Rákóczi és



a Kossuth iskolánál készültek, utóbbinál – mint azt Bodri Balog István elnöktől megtudtuk – minden nap másik polgárőr teljesít szolgálatot. Köszönjük a Nagykőrösi Rendőrkapitányságnak és a Nagykőrösi Városi

Polgárőrségnek, hogy vigyáznak ránk és még nagyobb biztonságban érezhetjük magunkat.

Fokozott figyelmet és nagyobb türelmet kérünk az autósoktól, vigyázzunk egymással, a gyermekekre!

KÖZHÍRRÉ TÉTETIK!

2020. szeptember 1-jén, ebben az évben először és utoljára megismételhetetlen módon

KEZDETÉT VESZI A 2020/2021. TANÉV

A tanév kezdésével új és régi barátok, közösségek várnak mindenkit, **azonban az odafigyelés, az óvatosság, a biztonság fontossága a régi marad!**

Néhány jótanács annak érdekében, hogy a tanév sikeres, örömteli és biztonságos legyen:

Az iskolába menet, illetve hazafelé a közlekedési szabályokat minden esetben be kell tartani! Olyan útvonalon közlekedj, melyet a szüleid már bejártak, és amely lehetőleg nem elhagyott, kihalt. Minden esetben a jól kivilágított, ismert és biztonságos útvonalakat használd!

Értékeidet (pl. mobiltelefon, készpénz stb.) soha ne tartsd szem előtt, jól látható helyen hiszen ez szemet szúrhat a rossz szándékú embereknek.

Ismerd, tudd szüleid elérhetőségét, telefonszámát hiszen, ha gond adódik, Őket mindig el kell érned. Amennyiben később indulsz haza az iskolából vagy programot szervezel magadnak, értesítsd szüleidet, hiszen ők időre várnak haza.

Soha ne szállj be idegen autójába, ne kísérelj el senkit még rövid ideig se csak azért, mert például megmutatsz neki egy útvonalat.

Fontos!

Az erőszak soha nem old meg problémát! Játékból, viccből vagy csak a diáktársak előtti „menőzésből” sem szabad a másik embert sem tettetleg, sem szavakkal vagy az interneten keresztül bántani, megalázni. Ezeknek súlyos következményei is lehetnek.

Az Interneten nem minden az, aminek látszik. Hasznos dolog, de nagyon sok veszélyt is rejt. Légy óvatos a közösségi oldalak használatával. Soha ne add meg a neved, a címed, a személyes adataidat, mert ezzel visszaélhetnek, akár zaklathatnak.

Fontos tudnotok, hogy az általános iskolák többségének van iskolarendőre, aki rendszeres kapcsolatot tart az intézmény vezetésével, a diákokkal. Meghívás esetén jelen lesz a jelentősebb rendezvényeken (tanérvnyitó, tanérvzáró, fogadóóra, szülői értekezlet). Az iskolarendőr nevét, elérhetőségét a programban résztvevő iskolákban plakáton teszik közzé. Ha problémátok, kérdéseitek van, bátran forduljatok hozzá!

Sikeres, biztonságos tanévet kívánunk!

**Pest Megyei
Rendőr-főkapitányság
Bűnmegelőzési Osztály**

Új szakmai vezető került a Nagykőrösi Humánszolgáltató Központ Nagykőrösi Család- és Gyermekjóléti Szolgálat élére

Kovács Réka személyében új szakmai vezető került a Nagykőrösi Humánszolgáltató Központ Család- és Gyermekjóléti Szolgálat élére, aki nagy empátiával és hozzáállással kezdett neki ehhez a komoly feladathoz. Sikeres és a nagykőrösi családok megelégedésére szolgáló munkát kívánunk! Olvassák el interjúnkat és ismerjék meg a szakmai vezetőt kicsit közelebbről.

ÖH: Kérem, mutatkozzon be az Olvasóknak. Kérem, beszéljen arról, hogy milyen tanulmányokat folytatott és ismertesse eddigi szakmai pályáját is.

Kovács Réka: Kettő év kihagyásával, születésem óta Nagykőrösön élek. Érettségit egészségügyi iskolában tettem, Cegléden, majd felsőfokú tanulmányaimat a Szent István Egyetem Alkalmazott Bölcsészeti Karán végeztem. Kecskeméten kezdtem dolgozni, a régi orvosszakértői bizottságban, fél évet Nagykőrösön a Pest Megyei Területi Gyermekvédelmi Szakszolgálat, Kossuth Otthonában. Ezt követően Budapestre mentem. Abban az időben szerettem bele a gyermekvédelembe. A család- és gyermekjóléti szolgálat és központ munkaköreit végigjártam, de a mindennapos ingázás, és a nagykőrösi levegő szeretete miatt itthon vállaltam ismét munkát. Három hónapot töltöttem a Kóris Idősotthon alkalmazásában, de hiányzott a gyermekvédelem, így gondoltam egy merészet és beadtam a pályázatom a Humánszolgáltató Központ Család- és Gyermekjóléti Szolgálat szakmai vezetői státuszára.

ÖH: Milyen feladatokat lát el a Család- és Gyermekjóléti Szolgálat? Hol és milyen időpontokban tudják Önöket elérni azok,

akiknek segítségre van szükségük?

Kovács Réka: A családsegítő szolgálat a gyermekvédelem alappillére. Hozzánk érkeznek be a jelzések a bántalmazásokról, elhanyagolásról, igazolatlan hiányzásokról, és az összes nagykőrösi 18 éven aluli gyermekkel kapcsolatos problémáról, bántalmazott nőkről, elhanyagolt felnőttekről, ellátás nélküliekről. Működtetjük a jelzőrendszert, adományokat osztunk, környezettanulmányt készítünk, ingyenes ruhaosztásokat szervezünk, nagyon sokrétű feladatokat látunk el a kollégáimmal. Bajcsy-Zsilinszky u. 4. szám alatt van a szolgálat intézménye, hétfőtől péntekig van ügyfélfogadási időnk. Akár személyesen is felkereshetnek minket, de telefonon a 53/552-275-ös számon is kereshetnek.

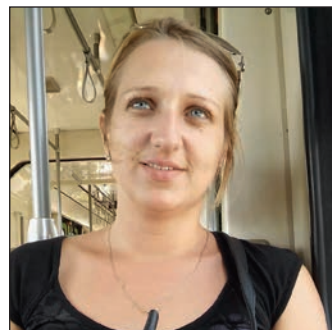
ÖH: Önnek, mint vezetőnek, milyen lehetőségek vannak a kezében, hogy segíteni tudjon? Konkrétan mivel tudnak Önhöz fordulni a nagykőrösiek?

Kovács Réka: A szociális munka eszközeinek lehetősége van a kezemben, vagy az engem körülvevő szakemberek kezében. Egy szociális munkás sokrétű ismeretekkel rendelkezik. A mindennapos jogi ismeretek, a pénzbeli ellátások körének ismerete, a lista végtelen. A fentiekén kívül még naprakészen ismernünk kell

a gyermekvédelmi törvényt, ahogy a közigazgatási eljárásokat, de rengeteg mindent sorolhatnék ide. Hozzá és a szolgálat szakembereihez a nagykőrösiek szinte bármilyen kérdéssel fordulhatnak. Amennyiben nem a családsegítő feladatköre, biztos vagyok abban, hogy tudjuk hova kell irányítani az ügyfelet. Lehet az egészségügyi, jogi kérdés is, de tényleg akármilyen jellegű legyen a tájékoztatás kérés.

ÖH: Kérem, mondja el, hogy milyenek voltak az első hetek tapasztalatai és mi az, ami leginkább megérintette Önt?

Kovács Réka: A vírus helyzet miatt és az első napokban történetek miatt a legjobb jelző a sűrű lenne. Karanténban levő ügyfelek élelmezése, mindennapi ügyintézéseikben való segítség és hasonló teendők voltak. Mindemellett meg kellett is-



mernem a kollégáimat, bele kellett rázódnom a számomra új feladatkörbe, de még mindig úgy érzem, a mai napon is, hogy szerencsés és nagyon büszke vagyok, hogy ilyen kiváló csapattal dolgozhatom.

ÖH: Végül egy személyesebb kérdés, de a munkaköréből adódó: Mit jelent Önnek a család és a gyermek?

Kovács Réka: A hivatásomat.

Az interjút készítette:
Horváth Tibor

GONDOSKODJON GYERMEKE JÖVŐJÉRŐL!



A MAGYAR ÁLLAMKINCSTÁR
RENDKÍVÜLI BABAKÖTVÉNY VÁSÁRLÁSI ÉS
START-ÉRTÉKPAPÍRSZÁMLA NYITÁSI LEHETŐSÉGET BIZTOSÍT!

HELYSZÍN: Nagykőrösi Járási Hivatal
Kormányablak, Fsz. tárgyaló
IDŐPONT: 2020.09.15. 9:00 - 15:00



Babakötvény

MI KELL A SZÁMLANYITÁSHOZ?

- Számlanyitói személyi azonosítást és lakcímet igazoló hatósági igazolványai.
- Hozzá tartozó számlanyitói esetén a családi pótlékra jogosult szülő/törvényes képviselő személyes adatainak közlése
- Gyermek neve és személyazonosító adatainak közlése, eredeti lakcímkártyájának bemutatása
- 2006. január 1. napja előtt született gyermek esetén a gyermek adóigazolványának bemutatása.

A Nagykőrösi Humánszolgáltató Központ,
Család- és Gyermekjóléti Szolgálat

2020. 09. 11-én és 2020. 09. 25-én

ingyenes ruha válogatást tart, 9 órától, 12 óráig!



LECSAPOTT: Sok munkát adott a hét eleji vihar a nagykőrösi tűzoltóknak

Kemény vihar csapott le Nagykorörsre augusztus 31-én hétfőn éjszaka, ami keddre is bőven átnyúlt, sok munkát adva az Önkormányzati Tűzoltóság Nagykorös állománynak. Hajnali 02:15-kor a 441-es útra vonultak Cegléd felé, ahol 4 káresetnél avatkoztak be, majd továbbirították Nagykorös/1-est a Pótharaszti útra. Keddig

összesen 6 helyre riasztották a Nagykorösi Lánglovagokat, a viharkárok miatt letört faágak, kidőlt fák okoztak veszélyhelyzetet. Személyi sérülések nem történtek.

Köszönjük a nagykorösi tűzoltóság minden tagjának a munkáját, amit értünk végeznek!

Forrás, képek: ÖTP

Hirdetés

**Nagykorösi
Polgármesteri Hivatal**
a közszolgálati tisztviselőkről
szóló 2011. évi CXCV. törvény
45. § (1) bekezdése alapján
pályázatot hirdet

**Nagykorösi
Polgármesteri Hivatal
Önkormányzati Iroda**

**általános
hatósági ügyintéző**

munkakör betöltésére.

A pályázat benyújtásának határideje: 2020. szeptember 15.

A pályázati kiírással kapcsolatosan további információt **Dr. Nagy Lajos** nyújt, a 06/53/550-302 -os telefonszámon.

Részletek: kozigallas.gov.hu

Hirdetés



**A Crown Magyarország Kft.
nagykorösi telephelyére az alábbi
pozícióba keres munkatársakat:
MŰSZERÉSZ KARBANTARTÓ**

Amit elvárunk:

- automata üzemű gépsorok rendelkezésre állásának biztosítása,
- karbantartási tervek készítése,
- megelőző karbantartások tervezése, ellenőrzése
- gyártás felügyelete, hibaelhárítás
- elektromos alkatrész felhasználás koordinálása

Előnyt jelent:

- automatizálási vagy ipari elektronikai végzettség,
- kommunikációképes angol nyelvtudás,
- Siemens, OMRON PLC-ismeret
- automata gépek karbantartásában, karbantartás szervezésében szerzett tapasztalat
- karbantartási utasítások és tervek készítésében szerzett tapasztalat

**A fényképes jelentkezéseket a
HUN-Nagykoros.ALLAS@eur.crowncork.com
e-mail címre várjuk.**



**ÉLJ, AHOGY
NEKED TETSZIK!**
Az új ŠKODA OCTAVIA
minden megoldása ebben segít.



Brill Kft.
6000 Kecskemét, Halasi út 32.
skoda@brillkft.hu, www.brillkft.hu

PRÓBÁLD KI KERESKEDÉSÜNKBEN!

A ŠKODA OCTAVIA modellek WLTP szerint mért fogyasztása: 4,3-5,7 l/100km, CO₂ kibocsátása: 113-130 g/km. Megadott értékek a típusjóváhagyás során rögzített, gyári felszereltséggel kerültek megállapításra, és a hirdetés feladásának időpontjában érvényesek. A nevezett értékek nem egyes járművekre vonatkoznak, nem részei a tájékoztatónak, hanem a különböző járműtípusok összehasonlítására szolgálnak a 715/2007/EK rendelet jelenleg érvényes előírásainak megfelelően. A kép illusztráció. Részletek a márkakereskedésben. A ŠKODA OCTAVIA modellek WLTP szerint mért fogyasztása: 4,3-5,7 l/100km, CO₂ kibocsátása: 113-130 g/km.

Szakszerű tanácsok az új kondiparkhoz (III. rész)

Az Önkormányzati Hírek Nagykovács és Nagykovács Workout csapata cikksorozatának harmadik részét olvashatják, melyben a Cifrakertben elkészült Beststrong pályaszakszerű használatát mutatja be Oláh Dénes.

Ahogy arról már tettem említést a cikksorozat kezdetén, sokan elhanyagolják, legfőképpen a férfiak, hogy a lábukat külön eddzzék. Nem csak az esztétikum miatt fontos, hanem mert jelentős szerepe van. Mivel nagy izomcsoport megdolgoztatásáról van szó, megemeli testünk természetes növekedési és tesztoszteron szintjét, mellyel olyan „hormonoktól” szabadul fel a szervezetben, melyek kedvezően befolyásolják az izmok növekedését és igen, ez a felső test izmaira is vonatkozik. Legegyszerűbben guggolással edzhetjük meg lábainkat. Ez egy velünk született képesség, amit bárhol, bármikor végre tudunk hajtani. Figyeljük meg a gyerekeket! Tökéletesen tudnak guggolni, ellenben, ha egy felnőttet figyelünk meg, igen nagy százalékban, amit lehet elrontanak és sietve hozzáteszem, hogy külső súly nélkül.

Miből is áll a guggolás mozdulata? A felsőtest az alsótest fő ízületpárjainak a hajlítása révén lesüllyed (a csípő, a térd és a boka). Csak röviden: A csípő hajlításában szerepet játszanak a farizmok, a térd hajlításánál a comb elülső részén elhelyezkedő négyfejű izom és a combhajlítók is dolgoznak. Az előrehajló mozgás miatt a gerincoszlop és a derék is kiveszi a részét a munkából, különösen az ágyéki szakasz izmai. A mély guggolás a belső szervekre is nyomást gyakorol, aminek eredményeként a has „izomfűzői” is megerősödnek. Ezeket azért írom le, hogy lássuk, hogy egy-egy gyakorlatnál tulajdonképpen a test összes izma dolgozik, csak különböző mértékben. Nem lehet azt mondani, hogy „holnap én csak a négyfejű izmot edzem meg, mert az annyira nem látszik”. Ha valakit érdekel ez a téma, ajánlom, hogy végezzen egy kis kutatómunkát, mert

most csak a jéghegy csúcsát láttuk meg.

A teljes mozgástartomány guggolás esetében, ha addig ereszkedünk lefelé, amíg a combhajlító izmok megérintik a vádlikat. Figyeljünk arra, hogy a mozgás negatív fázisát is ugyanúgy kontrolláljuk, mint a pozitívat. Leereszkedéskor kissé dőlünk előre, de ne túlságosan. Az alsó pozíciót tartsuk meg egy másodpercig. Sarkunkat ne emeljük fel! Ha arra érzünk késztetést, hogy felemeljük, akkor az arról árulkodik, hogy a boka nem elégé mozgékony, valamint az Achilles-ín rugalmatlan. Ezt könnyen orvosolhatjuk azzal, ha elkezdjük nyújtani. Guggolás közben szeretem a karjaimat kinyújtani, ami segít az egyensúlyozásban, különösképp egylábas guggolásnál.

Hogyan is néznek ki mindezek a valóságban? Ha még csak most kezdted a guggolást, ajánlom, hogy guggolj támaszszal. A támaszsal végzett guggolás rugalmassá és erőssé teszi az alsó végtagokat. Edzi a térdek íniat, ínszalagjait és lágszöveteit.

Kivitelezése: A kinyújtott karokat lefelé néző tenyérrel egy csípőnél magasabb csőre, tárgyra tesszük. Lassan a csípő és a térdek hajlításával leereszkedünk és megtartjuk egyenes háttal.

Edzéscélok: Kezdő: 5 ismétlés, középhaladó: 10 ismétlés, haladó: 30 ismétlés. Szériák száma: 3-5

Teljes guggolás: Álljunk egyenesen, lábaink legyenek vállszélességű vagy egy kicsit szélesebb terpeszben. A hát maradjon egyenes.

Teljes guggolás: Álljunk egyenesen, lábaink legyenek vállszélességű vagy egy kicsit szélesebb terpeszben. A hát maradjon egyenes.

Egylábas guggolás: Emeljük egyik lábunkat megközelítőleg csípő magasságba majd



karjainkat nyújtjuk ki. Aztán ereszkedünk le majd lendület nélkül, csak a lábizmokat használva emelkedünk fel.

Folyamatos lábtartáscsere a lépegetőn: Kiinduló helyzet: bal harántállás, bal láb a szeren. Majd ugrás jobb harántállásba, jobb láb a szeren.

Egylábas felugrások a lépegetőre: Kiinduló helyzet: bal lebegőállás, jobb láb elöl, ka-

rok mélytartásban, folyamatos egylábas felugrások az egyre magasabb lépegetőkre majd futás vissza a kiindulási helyzetbe. Ne felejtsük el mindkét oldalon végrehajtani.

Legközelebb a hasfalunkat tesszük próbára.

Egy másik neuralgikus pont az ember életében.

Addig is hajrá, jó edzést kívánok!

Új képzési hellyel növekedett a KRE-TFK

Az idén 30 éve, hogy újraindult városunkban a Református Tanítóképző Főiskola, mely mára a Károli Gáspár Református Egyetem részeként nagykörösi székhelyű, három képzési hellyel rendelkező kar lett. **Prof. Dr. Pap Ferenc dékán** urat kerestük meg tájékoztatást kérve a növekedésről.

– Ma Magyarországon a felsőoktatás egy átalakuló rendszer, mindenki hallott a modellváltásról. A kecskeméti Neumann János Egyetem három kara: a Műszaki és Informatikai Kar, a Gazdaságtudományi Kar és Kertészeti és Vidékfejlesztési Kar modellt váltott, átment alapítványi fenntartásba. A Pedagógusképző Kar (az egykori kecskeméti

tanítóképző –szerk.) pedig beolvadt a Károli Gáspár Református Egyetembe. Mivel a képzési portfóliójuk 90 százalékos átfedésben volt a miénkkel, így a törvények szerint egy szervezeti egység felelhet a képzésért. Budapesten is van egy képzőhelyünk, ezzel egy újabb, kecskeméti képzési helye lett a karunknak. A székhely továbbra is Nagykörös, itt van a Dékáni Hivatal, innen szervezzük a Karnak az életét. A beolvadással több mint 500 hallgató került át a törvény erejénél fogva a Károli Gáspár Református Egyetemhez és így a Karunk hallgatói összlétszáma a három képzési helyen 1700-1800 főre emelkedett – mondta el **Prof. Dr. Pap Ferenc dékán**.



„VÁLTOZATOS, KIEGYENSÚLYOZOTT, IDÉNYSZERŰ ÉS SOKSZÍNŰ”

Szeptember elsején becsengettek. Ha a koronavírus befolyásolja is a tanítási rendet, bízunk benne, hogy a gyermekek tanítási napokon az iskolában sajátíthatják el a tanév tananyagát. Az iskolakezdéssel a szülőknek is fel van adva a lecke számos téren, például mi kerüljön az általános iskolások és középiskolások uzsonnás dobozába, ami egészséges, élelmiszerbiztonsági szempontból is garantált a fogyaszthatósága, ráadásul mindez változatos maradjon, és minden nap a gyermek fogára való csomagot alkosson. A téma kapcsán kerestük meg Kis Szilviát, a nagykörösi kórház diatetikusát, s kértük segítő tanácsait: **Mit csomagoljunk, mennyit, mire kell nagyon figyelni?**

– Elsősorban tisztáznunk kell, hogy a változatos kiegyensúlyozott étrend az egészség megőrzésének a kulcsa. A reform étkeztetés miatt az utóbbi években jelentősen megváltozott a gyermekétkeztetés, amelyet egy szigorú rendelet



szabályoz. Különbséget teszünk bölcsődei, óvodai, iskolai étkeztetésről, hiszen minden életkornak megvan a megfelelő tápanyag összetétele, konyhatechnológiája és adagszáma.

A gyerekek szervezete kevesebb energiát és folyadékot tud raktározni ezért van szükség kettő három kis étkezésre a főétkezések mellett.

Ha az iskoláskorú gyermekünk nem reggelizik otthon, akkor jó választás egy teljes kiőrlésű gabonából készült szendvicset készíteni, amely valamilyen húskészítményt, sajtot, zöldséget tartalmaz. A tízórai lehet egy joghurt, korpás keksz uzsonnára nyers zöldség, gyümölcsöt kínáljunk.

A sokszínű táplálkozás mellett nagyon fontos a megfelelő folyadékpótlás, hiszen a gyerekek sokszor nem érzik a szomjúságot. A cukrozott üdítők helyett frissen csavart gyümölcs, zöldséglevék, víz, limonádé.

A gyerekeknél semmilyen élelmiszer nincs a tiltólistán csakis mértékletesre kell odafigyelni.

Az édesség ne az étkezés helyett szerepeljen, hanem étkezés után.

A változatos étrendben nagy szerepet tölt be a megfelelő zöldség- és gyümölcsfogyasztás, amely biztosítja a gyermekek szervezetének vitamin ásványianyag és rost forrását. Fontos, hogy minden étkezésben szerepet kapjon valamilyen formában a zöldség, ami lehet nyers, főzelék, krém (például: cukkini, brokkoli, padlizsánkrém). Számos olyan zöldség van, amit a gyerekek nem szívesen fogyasztanak, de megfelelő konyhatechnológiával el tudjuk rejteni az ételekbe (töltött, rakott, tűzdelés formájában). Húskészítményeknél is fontos a változatosság és a mérték. Sokféle krémet, pástétomokat, túrókrémeket készíthetünk otthon, amelyek gyorsan a gyerekek kedvencei lesznek. Például csirkemájpastétom, tavaszi túrókrém, csirkemell krém – amelyeket kiegészíthetünk olajos magvakkal (tökmag, szezámmag, zöldségekkel).

Amiről fontos beszélnünk, a tejtermékek fogyasztása, amely különösen fontos a gyerekeknél. Sajnos, feleannyi tejterméket fogyasztanak, mint amennyi szükséges lenne. Az ajánlott napi mennyiség fél liter tej vagy annak megfelelő kalciumtartalmú tejtermék, amely segíti a csonttömeg kialakulását.

Összegzésként az étrendjük legyen változatos, kiegyensúlyozott, idényszerű és sokszínű. A kulcsszó: mértékletesség – osztotta meg velünk Kis Szilvia.

...mindig
a legtöbbet
akartam
kihozni
a játékosaimból...



Városunk gyermekei, ifjóncai fantasztikus sikereket értek el a kosárlabda sportág terén, ám a kiemelkedő eredmények elérése érdekében elengedhetetlen egy kiváló edző segítsége is. Nagykőrös egyik ilyen személyét *Velkey István* testesíti meg, aki egész élete, pályafutása során támogatta a nála sportoló gyermekek jövőjét. Hatvanadik életévét betöltén megkértük, hogy meséljen nekünk eddigi pályafutásáról.

Kérem, meséljen eddigi életútjáról.

Család és a sport. Édesapám testnevelő tanár volt a ceglédi Gimnáziumban tanított. Kosárlabdázni nála kezdtem el. Középiskolásként a kecskeméti Bányai Júlia Gimnáziumba jártam, Kégel Tamás edzőnél az első osztályban sok játéklehetőséget kaptam abszolút fiatalként. Midig is élveztem a játék adta szituációk egyéni megoldását, szerettem váratlan labdákat adni a jó helyzetben levő társaimnak és látványos három pontos kosarakat dobni. Az érettségi után katonáskodás várt, így kerültem a Budapesti Honvéd csapatához, ahol igazi legendákkal kerültem egy csapatba. Gellért Sanyi, Heinrich Robi és a bajnoki arany érem sokat jelentettek számomra. Édesapám nyomdokaiba lépve elvégeztem a Testnevelési Főiskola tanári szakát ill. edzői képzettséget szereztem több sportágban úszás, tenisz, kosárlabda. A TF csapatát a későbbi válogatott edző Ránky Máttyás irányította, tőle is sokat tanultam.

Nagykőrösre Újhelyi Gábor edzősége idején érkeztem, akinek nagy csatáit (MAFC és sokszoros válogatott) még serdülőként a régi Nemzeti Csarnokban szurkoltam végig. Pontosan 30 éve költöztem családommal Nagykőrösre. Először a kosárlabda pályán mutatkoztam be, aztán a Toldi iskola testnevelő tanáraként és 2003-tól a Pityke Kosársuli vezetőjeként.

A hat gyermekünk közül négy már Nagykőrösön született és mindannyian a sportolás, a kosárlabdázás művelői. A legkisebbet kivéve mindannyian voltak magyar bajnokok, emellett *Eszter* lányunk Nagy-Britannia egyetemi bajnoka lett, *Krisztina* korosztályos Európa Bajnokságon játszott, *János* a korosztályos EB-k után jelenleg NBI A csoportos játékos. *Pisti* játékközvetítőként is működik, *Józsi* pedig edzőképzésre jelentkezett a sikeres ELTE gazdasági informatikus felvételi mellett és tehetséges edzőként is próbál a pályán bizonyítani.

Mindannyian a Pityke Kosársuli játékosaként kezdtek és innen igazoltak később nagyobb klubokhoz.

Nemrégiben betöltötte a 60. évét, milyen érzés, hogy rengeteg gyereknek segítette a pályafutását a sportvilágban?

Hamar belevetettem magam a munkába. Először a Toldi iskola kosárostályát vittem végig nem egyszer a Diák Olimpia döntőjéig.

Egyesületi szinten mindig a legtöbbet akartam kihozni a játékosaimból, olyan teljesítményre tudtam készíteni őket, amit maguk sem hittek volna. Jól teljesíteni, amikor nagy a tét! Ez igazán nagy kihívás volt, de számtalanszor megcsináltuk a lehetetlent! Soha nem felejttem el, amikor egy abszolút esélyes ellen kellett 28 ponttal nyernünk a továbbjutáshoz és 52 ponttal nyertünk vagy amikor a megbeszélte figura alapján az utolsó másodpercben dobott kosárral jutottunk a döntőbe! Ezek az edzői feladatok és nagy pillanatok!

Akkori játékosaim közül többen szintén nagyszerűen megállják helyüket, mint játékosok, edzők.

Ha már a gyerekeket említettük, kérem



meséljen a Pityke KSE kosárcsapatáról és annak sikereiről.

Mindig nagyon motivált, hogy a gyerekeim nem akármilyen csapatban játszhasanak és ehhez megtaláltam a megfelelő társakat is, akik vállalták a munkát a sikerért és csapatként tudtak működni.

Első csapatom 1986/87 lányok: Megvertük a belga korosztályos válogatotatot, nyertünk Bécsben, kadett bajnokok lettünk, legyőzve régi mesterem *Tursics Sándor* csapatát, nemzeti válogatottba jutott *Horti Dóra*, NBI A csoportban játszott *Danóczi Linda*, *Kalmár-Nagy Rita*. **Második csapatom** 1992 születésű lányok: Gyermekdöntő, több NBI A csoportos játékos – *Baksa Bettina*, *Szabó Bettina*, *Velkey Krisztina*.

Kecskemétre is átjártam, ahol 1996 lányokkal: Gyermek ezüstérem, *Dobos Ági*, NBI A csoport.

2003 fiú korosztály Kenguru és gyermekdöntők. Ezt a csapatot már volt tanítványom, *Patay Zsolt* vezényelte tovább serdülő országos legjobb tizenkettő közé. A legjobbak már különböző Akadémiákon pattoztatnak tovább.

2007 fiú csapat a jelenlegi siker csapat: Kenguru döntő, itt szintén *Patay Zsolt* szárnyai alá kerültek, akivel Gyermek döntőkön vettek részt és számos nemzetközi torna győzelmet értek el.

Akikkel valaha dolgoztam, azt hiszem kaptak valami pluszt a sporttól. Sokszor gondoltam rá, hogy kimegyünk futni az Ifi pályára, edzünk a Toldiban itt Nagykőrösön, egy kis városban és aztán felkerekedünk és megmutatjuk bárhol, hogy győzni jöttünk. És győzünk! Természetesen a család a legfontosabb az életemben. Büszke vagyok a gyerekeimre, testvéreim, rokonaim családjaira, akik mind valami kiemelkedőt nyújtanak a saját területükön! Persze az unoka sem hiányozhat a boldogsághoz! Lujzi és a hamarosan megszülető ikrek jelentik az izgalmat a családban.

60. születésnapomon 104 vendég lepett meg, rokonaim mellett barátok, kollégák, Pitykések. Megtisztelet jelenlétével Hernádi László atya is és ajándékot küldött Czira Szabolcs polgármester úr.

KÉCSKEI PALLÉROZÓ

2020

Augusztus 28-án, pénteken rendhagyó módon, rövidített időtartamban került megrendezésre a nagykőrösi Arany János Református Gimnázium, Technikum és Kollégium idei Kécskei Pallérozó rendezvénye, ahol a gólyák jobban megismerkedhetnek egymással.

Köszönjük a szép fotókat Bognár Fanninak!



Indiános játék az óvodában!



A Nagykőrösi Városi Óvoda Kárász úti intézményében indiános hetet tartottunk, hiszen az óvoda kettő indián sátorral gazdagodott. Ennek alkalmából a gyermekekkel az indiánok földjére "utaztunk" és a csoportokat indián táborra alakítottuk. A gyermekek arcát kifestettük; indiános játékokat játszottunk; indiános fejdíszeket, karkötőket és nyakláncokat készítettünk; valamint az indián sátor körül táncoltunk és énekeltünk. Élményekkel teli hetet zártunk.

Talamon Attiláné

NYÁRBÚCSÚZTATÓ

**Országos Állat-
és Kirakodóvásár
Nagykőrösön 2020.**



Hatalmas tömeg és ragyogó nyári idő jellemezte a Nyárbúcsúztató vásárt, óriási választékkal. Tekintsék meg képeinket a 2020-as év hagyományos augusztus végi nagykőrösi vásáráról az Önkormányzati Hírek Nagykőrös facebook oldalán!

**Következő vásár: 2020. szeptember 27.
Szent Mihály-napi**

HT



SPORTVÁLASZTÓ

CSALÁDI NAP

KEDVES GYEREKEK!
KEDVES SZÜLŐK!

Sportválasztó-Családi Napot tartunk
2020 szeptember 5.-én (szombaton) 9:00 órától 13:00 óráig
a Nagykőrösi Kossuth Lajos Általános Iskola udvarán és tornatermében.

Szeretettel várunk óvodáskorú és alsó tagozatos fiúkat, lányokat!

Sportbemutatókkal, játéklehetőségekkel, ingyenes ugrálóvárral és egyéb meglepetésekkel várjuk a gyermekes családokat.

Tervezett programok:

09:30-tól

- Foci edzés (MozGo SE focisuli)
 - Judo edzés (Kőrös Judo SE)
 - Karate bemutató (Power SE)
 - Kosárlabda edzés (NK Sóllymok KE)
- 11:00-tól
- Tánc nyílt óra-bemutató (Relevé TSE)

Fővédnök: Dr. Czira Szabolcs Polgármester

Támogatók:

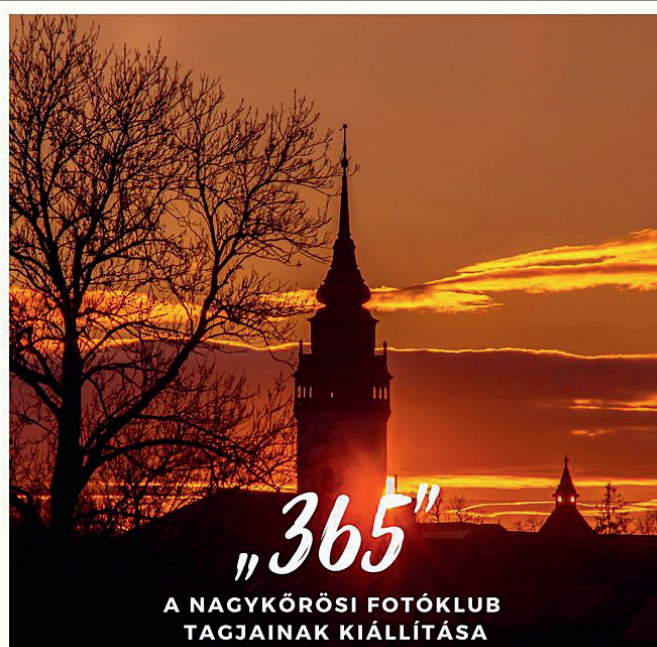


Házasságot kötöttek



Major-Tóth Brigitta és Major Tibor
Augusztus 20-án, csütörtökön
örökre összekötötték életüket.

Szívből gratulálunk, és sok boldogságot kívánunk a párnak!



2020. SZEPTEMBER 09.

SZERDA
17.00

A kiállítást megnyitja:

Dr. Czira Szabolcs
Nagykőrös város polgármestere

Helyszín:

Nagykőrösi Arany János Kulturális Központ,
Rácz József Galéria
2750 Nagykőrös, Szabadság tér 7.

Sok szeretettel várunk mindenkit!

A szervezők az egészségvédelmi szabályok maximális betartását kéri!

További információkért keressen fel minket az alábbi elérhetőségeink egyikén.

☎ mozirod@korsokultura.hu ☎ +36-53-550-044

🌐 keresse fel weboldalunkat

📺 kövessen minket a facebookon

www.korsokultura.hu

/aranyjanos.kulturaliskozpont

NAGYKÖRÖSI
ARANY JÁNOS
KULTURÁLIS
KÖZPONT
2750 Nagykőrös, Szabadság tér 7.
www.korsokultura.hu

**NÉPI FAJÁTSZÓTÉR
SZEPTEMBERBEN IS**

A NAGYKÖRÖSI ARANY JÁNOS KÖZÉRDEKŰ
MUZEÁLIS GYŰJTEMÉNY UDVARÁN!

2750 Nagykörös, Ceglédi út 19.

**Szeptemberben
a nagy érdeklődésre való tekintettel
szombaton és vasárnap
sok szeretettel várja
10.00 és 18.00 óra között
a kalandozni vágyó gyermekeket a
Népi fajátszótér!**



+36-20-950-9560
muzeum@kerosikultura.hu

Hirdetés

CROWN
Brand-Building Packaging™

**A Crown Magyarország Kft.
nagykörösi telephelyére az alábbi
pozícióba keres munkatársakat:
VONALVEZETŐ**

Amit elvárunk:

- folyamatos és megfelelő minőségű gyártás biztosítása a termelő vonalakon
 - napi, heti tervszerű megelőző karbantartásokban való részvétel
- folyamatokhoz tartozó adminisztrációs feladatok precíz elvégzése
- felelősségteljes, minőség tudatos munkavégzés
- 3 műszakos munkarend vállalása

Előnyt jelent:

- gyártósoron szerzett tapasztalat
 - számítógépes ismeret
- gépész, géplakatos szakirányú végzettség

Amit kínálunk:

- versenyképes juttatási csomag
- folyamatos szakmai fejlődési lehetőség

**A fényképes jelentkezéseket a
HUN-Nagykoros.ALLAS@eur.crowncork.com
e-mail címre várjuk.**

GYÓGYSZERTÁRI ÜGYELET

**2020. augusztus 31-től
PATIKAPLUS
GYÓGYSZERTÁR**
Nagykörös, Ceglédi út 28.
Tel.: 06-53/552-134

**2020. szeptember 7-től
EZÜST PATIKA
GYÓGYSZERTÁR**
Nagykörös, Széchenyi tér 8.
Tel.: 06-53/552-114

Tájékoztatjuk a Tisztelt Lakosságot,
hogy az ügyeletes patikát vasárnapi
napokon 11 órától érhetik el, mivel
az Oroszlán Gyógyszertár
(Nagykörös, Kecskeméti út 18.)
vasárnap is nyitva tart 11 óráig.

Hirdetés



**Nagykörös, Kuruc u. 10.
Tel.: 06 30 4300 004
Bankkártyás fizetés is igényelhető
Az árváltozás jogát fenntartjuk!**

Hirdetés

TIBIKER®

LOTTÓZÓ
Nyitva tartás:
**hétfőtől-szombatig 6-20-óráig,
vasárnap 8-18-óráig.**

Hirdetés

**EU-ÉPÍTŐ
KFT**

IMPRESSZUM Önkormányzati Hírek

ingyenes tájékoztató kiadvány

Kiadja:

a 2.9./409-1/2006.
nyilvánhatásba vételi szám
alapján Nagykörös Város
Önkormányzata

Kiadó címe:

2750 Nagykörös
Szabadság tér 5.
Tel.: 53/550-300
fax: 53/351-058

E-mail:

tanacsado@nagykoros.hu

Felelős szerkesztő:

Szapora István,
a szerkesztőbizottság elnöke

Fejléc: Sári Zoltán © 2005

Nyomdai munkák:

Magyar Közlöny Lap- és Könyv-
kiadó Kft. – Lajosmizse

Felelős vezető:

Németh Balázs Sándor

Web: www.mhk.hu

Terjeszti: Magyar Posta

ISSN 2061-0300



A lapunkban megjelent
írások, képek, illetve
bármilyen tartalom
utánközlése csakis kizárólag
a Szerkesztőbizottság vagy
a jogtulajdonos engedélyével
történhet.

Lapzártánk időpontja:
hétfő 12 óra.

A Toldi Miklós Élelmiszeripari Technikum, Szakképző Iskola és Kollégium az alábbi pozíciók betöltésére pályázatot hirdet:

TAKARÍTÓ MUNKAKÖR

- 8 órás munkarend
- Legalább 8 általános végzettség

Az önéletrajzokat kérnénk az Iskola portájára leadni vagy a gondnoksag@toldi-nk.sulinet.hu email címre küldeni.

PORTÁS MUNKAKÖR

- folyamatos munkarend – 12 órás beosztással
- Érettségi, vagy Vagyonvédelmi végzettség

Az önéletrajzokat kérnénk az Iskola portáján leadni vagy a toldi@toldi-nk.sulinet.hu email címre küldeni.

ÁPOLÓ MUNKAKÖR

- Oktatáshoz, kollégiumhoz illeszkedő munkarend
- egészségügyi szakképzettség

Az önéletrajzokat kérnénk az Iskola portáján leadni vagy a toldi@toldi-nk.sulinet.hu email címre küldeni.

Jelentkezési határidő: Szeptember 10.



Nagykőrösön is Nyársapáton is komoly dolguk akadt az Önkormányzati Tűzoltóság Nagykőrösi állományának, augusztus 25-én Nyársapátra, a Kossuth Lajos utcába vonultak a Lánglovagok, ahol 150 nm²-en avar, szemét égett, amely egy kerti ingatlant veszélyeztetett. Személyi sérülés nem történt. A tűzoltóság kéri a Lakosságot, hogy tartsák be a helyi önkormányzati rendeletben előírt tűzgyújtási szabályokat.

Augusztus 26-án is vonultak tűzoltóink. Nagykőrösön, a Beniczky utcában egy nagy fa vezetékre dőlt, a forgalmat veszélyeztette. Riasztva lett Nagykőrös/1-es.

Augusztus 28-án, pénteken pedig Nagykőrösön, a Kecskeméti út 47-hez vonultak a nagykőrösi

tűzoltók, ahol füstöt láttak, éreztek. A jelzett helyen üstházban lekvárt főztek. Az eset jellege téves jelzés.

Augusztus 29-én 12:32 perckor a Bokros dűlőbe vonultak tűzoltóink, ahol szemét, gaz, avar égett. Személyi sérülés nem történt. Riasztva lett Nagykőrös/1-es.

Szintén ezen a napon még az Október 23. tér 8/c-hez is vonulniuk kellett, ahol a bejelentő gáz szagot érzett. Riasztva lett Nagykőrös/1-es, Cegléd/2-es, Nagykőrös/20-as. Személyi sérülés nem történt, az eset jellege téves jelzés.

Köszönjük a nagykőrösi tűzoltók mindennapos munkáját! vígyázzunk egymásra!

Forrás: ÖTP

Nagykőrösi Rehabilitációs Szakkórház és Rendelőintézet állást hirdet

egészségügyi asszisztens

munkakör betöltésére.

Pályázati feltételek:

- egészségügyi asszisztens
- egészségügyi alkalmasság
- magyar állampolgárság
- egészségügyi dolgozók működési nyilvántartásba vétele, valamint MESZK tagság
- büntetlen előélet, melynek igazolása a pályázat elnyerése esetén, munkába álláskor szükséges

A pályázat részeként benyújtandó iratok, igazolások:

- Részletes szakmai önéletrajz a pályázó elérhetőségeivel.
- Szakképesítést igazoló dokumentum másolata.
- Pályázó beleegyező nyilatkozata, hogy a pályázat elbírálásában résztvevők megismerhetik a pályázati anyagát, személyes adatainak kezeléséhez hozzájárul.

A pályázat benyújtásának határideje: 2020. szeptember 25.

A pályázati kiírással kapcsolatosan további információt Csépleő Viktória ápolási igazgatótól kérhetnek tel: 53/351-761.

A pályázatok benyújtásának módja:

- Postai úton, a pályázatnak a Nagykőrösi Rehabilitációs Szakkórház és Rendelőintézet címére történő megküldésével (2750 Nagykőrös, Fáskert u. 1.), e-mail: titkarsag@nkrehab.hu
- Személyesen

Miközben a baloldal kamuvideók gyártásával, a védekezés akadályozásával és feljelentéssel van elfoglalva, addig egészségügyi, külügyi, rendvédelmi szakemberek ezrei dolgoztak az országban azért, hogy a védekezéshez és az életmentéshez szükséges minden eszköz rendelkezésre álljon.

GYALÁZAT, AMIT A BALOLDAL A JÁRVÁNY KAPCSÁN MŰVEL!

KÉPVISELŐI FOGADÓÓRÁK 2020. SZEPTEMBER HÓNAP

KÉPVISELŐ NEVE	FOGADÓÓRA NAPJA	HELYE
 László Ferenc települési képviselő	2020. szeptember 7. (hétfő) 15.00 órától	Arany János Kulturális Központ udvara



Mezítláb a parkban

Bemutatásra került augusztus 29-én, szombaton a Nagykőrösi Arany János Kulturális Központ színháztermében a Körúti Színház előadásában Neil Simon- *Mezítláb a parkban* című romantikus vígjátéka Galambos Zoltán rendezésével. A történet *Corie* (**Pikali Gerda**) és *Paul* (**Oroszi Tamás**) friss házaspár életéről szól, akik egy hatodik emeleti, lift, fűtés és berendezés nélkü-

li New York-i lakásba költöznek. Súlyosbítja a helyzetet Corie mamájának megjelenése (**Gyebnár Csekka**), aki rémülten észleli a sivar körülményeket. Távozása után viszont némileg enyhül a helyzet, amikor az ifjú pár megismerkedik *Mr. Velascoval* (**Koncz Gábor**), a fölöttük lakó úriemberrel, aki rögtön számos jó tanáccsal látja el újdonsült szomszédait. Corie



fejében megszületik a nagy ötlet: össze fogja boronálni magányos mamáját a vagány Velascoval. E célból egy görbe estét töltenek négyesben valamelyik vendéglőben. Az estnek több tanulságos következménye van: Corie és Paul jól összevesznek, ezért Corie kizárja Pault a hálószobájából. A mama viszont Velasco lakásában tölti az éjszakát...

A műsorra való belépés során az Arany János Kulturális Központ munkatársai nagy ügyet fektettek az érkezők egészségének megővésére, ezért 2 külön bejáraton lehetett a színházterembe belépni, több helyen is fertőtlenítő pontokat helyeztek ki, emellett minden vendégnek kötelező volt a hőmérésen átesnie.

Pavolek Renáta



The Rub!

Lichter Péter és Máté Bori radikális és lírikuskísérleti filmjét, a *The Rub* különleges technikákkal manipulált filmjét tekinthették meg az érdeklődők augusztus 27-én csütörtökön 18.00 órakor. A filmkockák segítségével készült műsor **William Shakespeare Hamletjének** pszichedelikus adaptációját mutatta be, amely teljes egészében a dráma főhősné szemén keresztül mesélte el a történetet.

A film több száz kézzel festett, roncolt 16 és 35 mm-es filmtekercesek felhasználásával készült. A *Hamlet* szövege a *Nádasdy*

Ádám-féle új fordításában hallható, amely a rendezőként ismert *Hajdu Szabolcs* tolmácsolásában csendül fel.

2020. október 27-én (kedd) 18.00 órakor egy újabb izgalmas film kerül vetítésre: A *Viszki* című magyar akciófilm. A film végét követően lehetőség nyílik egy kerekasztal beszélgetéshez a film ihletőjével, Ambrus Attilával. A Moziklub rendezvényein a részvétel ingyenes, de helyfoglaláshoz kötött. Regisztrációs jegyek igényelhetők a Nagykőrösi Arany János Kulturális Központ információs pultjánál.

Ha menned kell valahova...

INKÁBB BRINGÁZZ!

ÉS MÉG AZ IMMUN-RENDSZERED IS ERŐSÍTÉD

SZERVEZŐ: MAGYAR KEREKÁROSKLUB

TÁRSZERVEZŐ: MARKETUSZ

FŐTÁMOGATÓ: ABLE, BIKO

TÁMOGATÓK: CROSS, DEPIOS, FLOWCYCLE, KÖRÖSI

A KEREKÁROSKLUB ÉS A MAGYAR KEREKÁROSKLUB SZERVEZEL, A MAGYAR KEREKÁROSKLUB TÁMOGATÁSA. A MAGYAR KEREKÁROSKLUB SZERVEZÉSE, A MAGYAR KEREKÁROSKLUB TÁMOGATÁSA. A MAGYAR KEREKÁROSKLUB TÁMOGATÁSA. A MAGYAR KEREKÁROSKLUB TÁMOGATÁSA.

WWW.BRINGAZZANINKABA.HU



Híreinket, képgalériáinkat
kövesse nyomon továbbra is
az **Önkormányzati Hírek**
Nagykőrös facebook közösségi
oldalainkon,
valamint
a www.nagykoros.hu
városi honlapon!



Károli Gáspár Református Egyetem
Tanítóképző Főiskolai Kar
2750 Nagykőrös, Hősök tere 5.
<http://www.kre.hu/tfk/>
tfk.dth@kre.hu
+36 53 350 885
+36 53 347 251



Károli Gáspár Református Egyetem

Meghívó

„Áldjad, Ielkem, az Urat, és egész bensőm dicsérje szent nevét!
Áldjad, Ielkem, az Urat, és ne feledd, mennyi jót tett veled!”
(Zsolt 103, 1)

A Károli Gáspár Református Egyetem Tanítóképző Főiskolai Kara
2020. szeptember 6-án, vasárnap 10 órakor
a nagykőrösi református templomban ünnepi istentisztelet keretében tartja
tanévnyitó ünnepségét

Igét hirdet: Dr. Kun Mária református lelkipásztor, főiskolai docens

A tanévnyitó közgyűlés rendje

Ünnepi beszéd: Prof. Dr. Pap Ferenc dékán

Diszoklevelek átadása

Első éves hallgatók fogadalomtétel

Köszöntőt mond: Dr. Czine Ágnes rektori feladatokkal megbízott rektorhelyettes
Köszöntések, bejelentések

A tanévnyitó istentiszteletre és az ünnepi közgyűlésre ezúton tisztelettel meghívjuk!

TELJESKÖRŰ LÁTOGATÁSI TILALOM 2020.08.29-től!



Lakossági tájékoztatás teljeskörű látogatási tilalom elrendeléséről

Értesítjük a Tisztelt Lakosságot, hogy intézményünkben koronavírus pozitív esetet regisztráltunk, így a betegbiztonság érdekében a Bács-Kiskun Megyei Oktatókórház kecskeméti fekvőbeteg telephelyeire vonatkozóan (Nyíri út, Balaton utca) 2020. augusztus 29-től (szombat) Dr. Svébis Mihály főigazgató, saját hatáskörben, visszavonásig, határozatlan időre teljes LÁTOGATÁSI TILALMAT RENDEL EL.

Friss és hiteles információkat a <https://www.nnk.gov.hu/> oldalon találhatnak.

Kecskemét, 2020. augusztus 28.

Bács-Kiskun Megyei Oktatókórház



Otthon én egyszerre 3 kg pacalt szoktam főzni. Azt tudni kell, mentől nagyobb mennyiséget főzünk, annál finomabb.

Az elkészítési módja semmiben sem változik bármelyik hús pörköltnek való elkészítésétől, csupán annyiban, hogy zsírból, hagymából és fűszerekből mondhatnám úgy is, hogy majdnem dupla adagokat igényel, - főleg hagymából.

A fűszereket ízlés szerint rakom bele, amelyek: só, őrölt bors, őrölt kömény, piros paprika, fokhagyma.

- A hagymát zsíron üvegesre dinsztelem, a fehér paprikát kockára darabolom, amikor a hagyma félig kész, ezt ráborítom és ezzel készre

dinsztelem, utána bele teszem az őrölt piros paprikát, összekavarom és jöhet rá a pacal, de akkor már csak lassú tűzön.

- Amint felforr, elkezdem ízesíteni. Plusz vizet nem szoktam rá önteni, hiszen a pacal enged annyit, hogy megfőjön.
- Négy-öt óra hosszáig főzöm lassú tűzön, néha megkeverem. Azért kell neki ennyi idő, mert a pacal ekkorra szaftosodik be.
- Aki csípősen szereti, lehet bele ízlés szerint erős paprikát darabolni.

Nagyon fontos, hogy sokáig főjön, mert akkor lesz szaftos!

Hírdetés



Fehér Róka Kifőzde

Nagykőrös, Hősök tere 4.
(bejárat a ceglédi út felől az udvarban)

AZ ÉTTEREM NYITVATARTÁSA

Hétfőtől - Péntekig

11:00 - 14:00

A megrendelt menü,
éttermünkben
helyben is fogyasztható!

RENDELÉS FELVÉTEL

8:00 - 10:00

14:30 - 16:30

06 30 / 647 0464



A megrendelt ételeket
INGYENESEN házhoz is szállítjuk!

Vállaljuk továbbá
osztálytalálkozókat, születésnapok,
ballagások, kisebb családi
események és egyéb
rendezvények lebonyolítását!

egyszeri menü rendelés esetén **1200 Ft**
4 nap **előrendelése** esetén csak **1100 Ft**
csak leves az **550 Ft**, csak főétel az **800 Ft**

HETI MENÜ AJÁNLAT

37.HÉT – Szeptember 07- 11.

HÉTFŐ	L	Hamisgulyás leves
	A	Cukkinis csirkeragu rizs
	B	Keménylebbencs kolbásszal
KEDD	L	Francia hagymaleves
	A	Sertés pörkölt tészta savanyúság
	B	Rántott sajt kukorica saláta
SZERDA	L	Vegyes gyümölcs leves
	A	Csikós tokány galuska
	B	Sült tarja burgonyapüré uborka saláta
CSÜTÖRTÖK	L	Erő leves
	A	Rántott szelet zöldséges rizs
	B	Zöldfűszeres pástétom tök főzelék
PÉNTEK	L	Legényfogó leves
	A	Burgonyás tészta
	B	Rakott zöldbab

Ételhordó hiányában a doboz ára **80 Ft** /darab.



MEGHÍVÓ

Tisztelt Vendégünk!

Tisztelettel meghívjuk Önt és Partnerét a kommunizmus bukására és a kelet-európai nemzetek 30 évvel ezelőtti antikommunista forradalmára emlékező „30 éve szabadon” című kiállítás megnyitójára.

A vendégeket köszönti: **Dr. CZIRA Szabolcs**,
Nagykőrös város polgármestere.

A kiállítást **BALOGH Gábor** a Terror Háza Múzeum
történésze nyitja meg.

Közreműködik **CSÉPAI Eszter** színművésznő.

Időpont: 2020. szeptember 30. 11:00 óra
Megnyitó helyszíne: Nagykőrösi Arany János
Kulturális Központ, Rácz József Galéria
2750 Nagykőrös, Szabadság tér 7.

A kiállítás megtekinthető:

2020. szeptember 30. – október 24.
hétfőtől péntekig 10:00 – 18:00 óra között

