

Herceghalomi HÍRMONDÓ



XXVII. évfolyam 4. szám

Ingyenes önkormányzati havilap

2025. április



06
Március 15

08
Interjú Sánta-
Rohr Mónikával

11
Tour de Hongrie

12
Tavaszyitogató

14
Születések fája

TÜDŐSZŰRÉS

Herceghalom Kulturális-Egyházi Központ épületének
oldalhajója (2053 Herceghalom, Gesztenyés út 13.)

2025.05.08 csütörtök 08.00 - 14.00.

2025.05.09 péntek 08.00 - 14.00

2025.05.12 hétfőn 12.00 -18.00

18-40 éves kor között a helyszínen egy nyilatkozat kitöltése szükséges ,
mely helyettesíti az orvosi beutalást.

A tüdőszűrés a felnőtt lakosság számára ajánlott vizsgálat!
A szűrés a 40 év feletti lakosság számára továbbra is ingyenes.

40 éves kor alatt, illetve munkahelyi alkalmassági vizsgálatához a
díja 1700 Ft, mely az OEP által országosan elrendelt összeg.
A befizetés a szűrőállomáson kapott csekken történik.

A 14-18 év közötti gyermekek szűrése ingyenes, de beutaló és
szülői beleegyező nyilatkozat szükséges.

A törvény által kötelezetteknek a vizsgálat szintén ingyenes.

Panasz nélkül is lehet beteg!

A vizsgálat alkalmas a TBC, illetve sok más
tüdőbetegség időben történő felismerésére!

VÁRUNK MINDEN ÉRDEKLŐDŐT!

Kérjük a vizsgálatra hozza magával személyi igazolványát,
TB kártyáját, illetve ha van az előző évi tüdőszűrő igazolást!



Herceghalom



JELEN VAGYUNK – VELED VAGYUNK

A tavaszi hónapok friss lendületet adtak a herceghalomi közösségi programoknak, történéseknek. A rendezvények, műsorok mellett márciusban adtuk át a Herceghalomért Díjat. 2025. év díjazottja: Nyúl Katalin egészségügyi asszisztens, hosszú ideje végzett, kiemelkedő munkájának elismeréseként. Megbecsülés, tisztelet, szeretet, ezek a szavak jutottak eszembe a díj átadásakor. Felemelő volt látni azt, hogy Katalin kollégái, az orvosok és a herceghalomiak milyen tisztelettel és szeretettel vannak iránta. Ezt a szeretetet és tiszteletet, megbecsülést pontos és szorgalmas munkával, tudással, tapasztalattal és mély empátiával, az emberekhez odafordulással lehet végezni.

Csapatunk kőkeményen dolgozik a herceghalomiak biztonságáért a civil szervezetekkel karöltve. Míg az idősebbeknek a gyógytorna hosszú évek óta ingyen és helyben van, a csontritkulás-torna is felkerült a program-palettára, amit ugyancsak az önkormányzat biztosít ingyenesen a herceghalomiaknak.

A közlekedésbiztonság kicsit és nagyot egyaránt érint. Mi nem nézzük ölbe tett kézzel, hogy az idősebbek, nyugdíjasok kiberesítésévé válnak. A médiafelületeinken rendszeresen folytatunk figyelemfelhívást a csalók ellen, melyben a herceghalomiak is nagy segítségünkre vannak, illetve szakelőadót hívunk. Dr. Molnár István Jenő bűnmegelőzési szakember a nyugdíjasoknak tartott előadása arról szólt, hogy ne essen áldozatul sem személyesen, telefonon, vagy online, számítógépes, okos telefonon elkövetett csalási kísérleteknek.

Nem ülünk ölbe tett kézzel: folyamatosan a biztonságért is dolgozunk: zebrák, forgalomlassító eszközök telepítése, térfelügyelő kamerarendszer fejlesztése mellett most minden háztartásba eljuttatunk a herceghalomi Hírmondó mellett egy fényviszaverő karszalagot, mely a biztonságos közlekedést hivatott szolgálni sötétedés után.

Az odafigyelésnek nem csak a biztonság terén adunk hangot! Az 5.000 fő alatti településeken már a családok mellett a nyugdíjasoknak is lehetőségünk van a 3.000.000 forintos állami támogatás és kamatmentes hitel felvételére lakásuk korszerűsítésére. Az érdeklődők előadás keretein belül juthatnak hasznos információhoz május folyamán, hogy a lehetőségből kézzelfogható valóság váljon. Hogyan induljunk el? Mit kell ahhoz tennem, hogy élhessek a lehetőséggel? Ezekre a kérdésekre főképp a nyugdíjas kor-

osztálynak szeretnénk választ adni, de természetesen minden érdeklődőt szeretettel várunk az előadásra.

Márciusban is sok-sok programon találkozhattunk, együtt, közösen ünnepeltünk, és töltöttünk kellemes órákat a Tavasznyitogató rendezvényen. Ültettünk fát – ahogy már évek óta – a 2024-ben született gyermekek tiszteletére is. Azért dolgozunk, hogy jó legyen Herceghalmon élni, és jó legyen felnőni is. A támogatási rendszerünket a honlapunkon ismertetjük, a rendeletek menüpont alatt. Kisgyermekkorától támogatjuk az újszülötteket, a bölcsődés korúak napközbeni ellátását 42.000 Ft havi összeggel, illetve Herceghalomban már 2,5 éves kortól járhatnak óvodába a kisgyermek. Ez nagy segítség a szülőknek, a munka világába visszatérő édesanyáknak.

Nálunk a nyugdíjasok mellett a gyerekek is kivételesek! Sorra nyerek meg az iskolai vetélkedőket, büszkéik lehetünk rájuk. A tehetséggondozás felzárkóztatás óvodától az általános iskoláig szívügye a csapatnak. Az idősebb gyermekek is számíthatnak ránk, nyelvvizsga-rendeletünkkel és ösztöndíjprogramunkkal tudjuk őket támogatni.

Márciusban meghalt közösségünk szeretett tagja Lippai István. Lippai István és felesége Mária mindig segítséget nyújtott a rászorulóknak. Tiszta, erkölcsös, nagy munkabírási, másokon segítő embert veszítettünk el, aki sokat tett hazájáért, és szűkebb pátriájáért.

Több, mint kétéves munkánk eredménye az is, hogy az MNV Zrt. vagyonkezelésében lévő belterületi patakmedrek önkormányzati tulajdonba kerülnek.

Az újság mellé minden háztartásba eljuttatunk a biztonságos közlekedés jegyében karszalagokat. Ezeket a karszalagokat most a felnőtteknek adjuk szeretettel, használják sokat futáshoz, biciklizéshez, alkonyat utáni sétáikhoz! A gyerekeknek a tavalyi év folyamán intézményi szinten már ajándékoztunk karszalagokat, azonban aki szeretne (mert elveszett, nem elég, már nincs meg) nyugodtan forduljon hozzám!

Az elérhetőségeinket, és az önkormányzati ügyekkel, programokkal kapcsolatos pontos, precíz, mindenre kiterjedő tájékoztatást megtalálhatják honlapunkon: www.herceghalom.hu

Csizmadia Zsuzsa polgármester

HERCEGHALOMI HÍRMONDÓ • Megjelenik 1000 példányban havonta, ingyenesen.

Kiadja: Herceghalom Község Önkormányzata

Tel.: +36 23 530 560 • E-mail: herceghalomi.hirmondo@gmail.com • www.herceghalom.hu

Felelős szerkesztő: Székely Dániel | Fotók: Kristóf István

ISSN: 2063-0778 | Nyomdai munkák: Cordoba Nyomda Kft.

Hirdetésfelvétel: herceghalomi.hirmondo@gmail.com címen, vagy személyes leadás a Polgármesteri Hivatalban.

(Gesztenyés út 13.) Lapzárta minden hónap 1. napja. A hirdetések tartalmáért a Kiadó nem vállal felelősséget.

Herceghalom Község Önkormányzata Képviselő-testületének 2025. április elsejei munkaterv szerinti ülésén hozott döntései

A KÖVETKEZŐ ÁTTEKINTÉS A LEGFONTOSABB KÉPVISELŐ-TESTÜLETI HATÁROZATOK RÖVID, NEM SZÓ SZERINTI ÖSSZEFOGLALÓJA. A RÉSZLETES ELŐTERJESZTÉSEK ÉS A JEGYZŐKÖNYVEK A HONLAPON ELÉRHETŐEK.

A képviselő-testület döntött a község közművelődési feladatairól szóló önkormányzati rendelet módosításáról. Ezen rendelet többek között rendelkezik a Közművelődési díjról szóló új rendelet megalkotásáról, illetve a díj átadásának időpontjáról, amely a tapasztalatok alapján módosításra szorult. A módosítás értelmében a díj átadásának dátuma nem egy községi rendezvényhez kötődik a jövőben, hanem a díjazott személyétől függően lehetősége lesz az átadónak mérlegelni, hogy mely községi ünnepségen kerüljön sor a díj átadására.

A Herceghalomban kifejtett kimagasló közművelődési tevékenység méltó elismerése céljából a képviselő-testület megalkotta „Közművelődésért Díj”-ről szóló önkormányzati rendeletét.

A Közművelődésért Díj annak a Herceghalomban tevékenykedő természetes személynek, illetve közösségnek adományozható, amely jelentős eredményeket ért el a község kulturális életének fellendítésében, illetve a közművelődés új formáinak bevezetésében.

A díj 4 évente egy alkalommal adományozható. A díjjal díszes oklevél, emléklapok és pénzjutalom jár. A pénzjutalom összege: 100.000.-Ft.

A javaslatot írásban az adományozás évében január 1-től április 30-ig a polgármesternek címezve lehet benyújtani.

A díj első adományozására jelen rendelet szabályai között 2025. évben kerülhet sor.

A képviselő-testület döntött az önkormányzat Szervezeti és Működési Szabályzatáról szóló 21/2021.(X.14.) önkormányzati rendeletének módosításáról is.

A képviselő, a „Herceghalom – Útépítések – EKR000279642025/1836” című projekt részére lefolytatott közbeszerzési eljárást eredményesnek nyilvánították és a kivitelezéssel a ÚT-ÉPPARK Útépítő és Mélyépítő Kft.-t bízták meg 62.104.389,- Ft + ÁFA, azaz bruttó 78.872.574,- Ft értékben.

A képviselő-testület korábban több döntést is hozott a Herceghalom, 054, 218, 321/245 és a 441 hrsz.-ú ingatlanok térítésmentes önkormányzati tulajdonba vételéről.

A mostani határozattal kérelmezzük a Magyar Nemzeti Vagyongazdálkodási Zrt.-nél a Magyar Állam tulajdonában és a Ma-

gyar Nemzeti Vagyongazdálkodási Zrt. vagyongazdálkodásában lévő Herceghalom, 054 helyrajzi számon felvett, kivett vízfolyás megnevezésű, 244 m² területű, a Herceghalom, 218 helyrajzi számon felvett, kivett patak megnevezésű, 4150 m² területű, a Herceghalom, 441 helyrajzi számon felvett, kivett vízfolyás megnevezésű, 6402 m² területű, valamint a Herceghalom, 321/245 helyrajzi számon felvett, kivett árok megnevezésű, 7425 m² területű ingatlanok 1/1 tulajdoni hányadának ingyenes önkormányzati tulajdonba adását.

Az önkormányzat kinyilvánította, hogy az érintett ingatlanokat a helyi környezet- és természetvédelem, vízgazdálkodás, vízkárelhárítás feladatainak ellátása érdekében kívánja tulajdonba venni és ezen célokra kívánja felhasználni, illetve a tulajdonba adás kapcsán felmerülő költségeket megtéríti.

A képviselő-testület megadta a szükséges tulajdonosi hozzájárulást a Herceghalmi Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola bővítéséhez – egy konténerrel és egy épített tanteremmel, valamint felhatalmazta Csizmadia Zsuzsanna polgármestert, hogy a döntésről a tankerületet tájékoztassa, illetve kérjen be árajánlatot egy koncepcióterv elkészítésére.

A képviselő-testület döntött arról, hogy a Liget utcában található közpark – Herceghalom 255/3, 256, 255/6 hrsz.-ú ingatlanok –, a KEK mögötti terület, illetve a Móricz ligeti játszótér- és park koncepciótervére árajánlatot kér be.

A képviselő-testület módosítás és kiegészítés nélkül elfogadta a Herceghalom Gyermekeiért Közhasznú Alapítvány 2025. évi Művészeti Iskolások Koncertjével egybekötött Jótékonyági Bálja költségeihez nyújtott támogatás elszámolását.

Döntés született a Labdarózsa Kórus Egyesület 2025. évi énektudás fejlesztésének, illetve önkormányzati rendezvényeken történő fellépéséhez a felkészülés költségeinek megtérítésére 500.000,-Ft, azaz ötszázezer forint összegben történő támogatásáról a civil szervezetek támogatási kerete terhére. A támogatási összeg két részletben, az első félévre 300.000,-Ft, azaz háromszázezer forint, a második

félévre 200.000,-Ft, azaz kétszázezer forint kerül átutalásra. A második félévi támogatás átutalásának feltétele az első félévi támogatási összeg elszámolása, illetőleg az együttműködés keretében vállalt feladatok teljesítése.

A Herceghalmi Mozgáskorlátozottak Egyesületének a téli, a késő tavaszi és őszi gyógytorna költségeinek megtérítésére benyújtott kérelmét szintén elfogadta a képviselő-testület.

A Mozgáskorlátozottak Egyesülete által szervezett téli, késő tavaszi és őszi gyógytorna konduktori díjának megtérítésére 300.000,-Ft, azaz háromszázezer forint támogatást biztosít az önkormányzat 2025. évi költségvetésének civil szervezetek támogatási kerete terhére.

A támogatási összeg két részletben (első félévben: 200.000,-Ft, a második félévben: 100.000,-Ft) kerül átutalásra. A második félévi támogatás átutalásának feltétele az első félévi támogatási összeg elszámolása, illetőleg a program megvalósulásáról készült beszámoló benyújtása és elfogadása.

A képviselők döntöttek a nyári napközis táborról is. Úgy határoztak, hogy támogatják a hetente legalább 10, és legfeljebb 40 fő a Herceghalmi Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskolában tanuló, vagy herceghalmi lakcímmel rendelkező gyermek részére a nyári napközis tábor megvalósulását. A tábor helyszíne: Herceghalmi Általános Iskola és

Alapfokú Művészeti Iskola Herceghalom, Gesztenyés út 15.
A jelentkezési határidő: 2025. május 31.

A képviselő-testület a tábor díját 11.000,-Ft + étkezés/fő/hét összegben állapította meg. A szociális rászorultságról és annak mértékéről a Humán és Környezetvédelmi Bizottság egyedi elbírálás alapján dönt a helyi szociális rendelet rendelkezéseit figyelembe véve.

Míndezeneken felül a képviselő-testület úgy határozott, hogy a 2025. évi nyári napközis táborra a szülők által befizetett tábort díjat a nyári napközis tábor költségeinek finanszírozására, többek között a táboroztató pedagógusok részére bruttó 110.000,-Ft/fő/hét + járulék megbízási díj megfizetésére fordítja.

A képviselő-testület úgy határozott, hogy a 2025. évi szociális célú tüzelőanyag vásárlásához kapcsolódó kiegészítő támogatásra pályázatot nyújt be keménylombos tűzifa igénylése céljából.

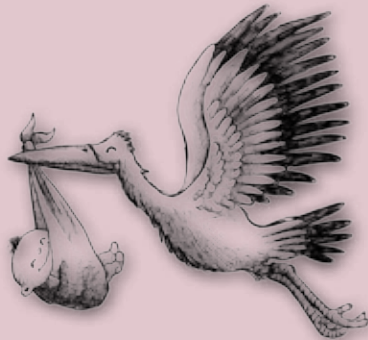
Herceghalom Község Önkormányzatának Képviselő-testülete a szükséges önrészt, 2.000,-Ft / m³ + Áfa összegben, valamint a szállítás költségeit az önkormányzat 2025. évi költségvetésében a települési támogatás keret terhére biztosítja.

Herceghalom Község Önkormányzatának Képviselő-testülete vállalja, hogy a szociális célú tűzifában részesülőtől el-lenszolgáltatást nem kér.

Megszülettek

Habara Éva és Gréczi László kislánya,
Gréczi Dávid

Miklósi-Nagy Krisztina és Miklósi Attila kislánya,
Miklósi Kamilla



Isten éltesse őket!

Elhunytak

Csónaki Lajosné, 1951 – 2025.02.25.

Lippai István László, 1936 – 2025.03.02.

Hálás köszönet mindazoknak a Kedves szomszédoknak és barátoknak, akik részt vettek férjem, István életének megemlékezésén, és az utolsó útjára való elkísérésén.

Lippai Istvánné

Nyugodjanak békében!



Fotók: Kristóf István

„Legyen béke, szabadság és egyetértés!”

HERCEGHALOM KÖZSÉG ÖNKORMÁNYZATA AZ 1848-49-ES FORRADALOM ÉS SZABADSÁGHARC 177. ÉVFORDULÓJÁNAK ELŐESTÉJÉN MÁRCIUS 14-ÉN TARTOTTA MEGEMLÉKEZÉSÉT. A KEKBEN A HERCEGHALOMI ÁLTALÁNOS ISKOLA ÉS ALAPFOKÚ MŰVÉSZETI ISKOLA DIÁKJAINAK LÉLEKEMELŐ MŰSORÁT LÁTHATTÁK AZ ÉRDEKLŐDŐK.

Az előadást követően Csizmadia Zsuzsa ünnepi köszöntésében kiemelte, hogy „március 15-e nem csupán egy dátum a naptárban, hanem a magyar nemzet egyik legfontosabb ünnepe, a szabadság és a hazaszeretet jelképe. Ezen a napon emlékezünk a bátrakra, akik 1848-ban felemelték szavukat és fegyvert ragadtak egy igazságosabb, szabadabb Magyarországért.”

Csizmadia Zsuzsa szerint Petőfi, Kossuth és a többiek hős példát mutattak bátorságból, kitartásból és hazaszeretettel. – Az ő szellemiségük él tovább minden olyan tettben, amely a közösségért, az igazságosságért és a fejlődésért születik. Herceghalomban is felelősségünk van abban, hogy ezt az örökséget továbbvigyük: összefogással, közös munkával, egymás segítségével építsük a jövőt – hangsúlyozta a polgármester.

– Ma, amikor emlékezünk, nemcsak a múlt hőseire kell gondolnunk, hanem arra is, mit tehetünk mi magunk a hazánkért, a közösségünkért. A szabadságért folytatott küzdelem nem ért véget 1849-ben, hanem folytatódik minden

egy napon, amikor kiállunk az igazság, a demokrácia és az emberi méltóság mellett.

Legyen számunkra március 15-e nemcsak emlékezés, hanem inspiráció is! A múlt nagy tettei példát mutatnak, de a mi feladatunk, hogy a jelenben is méltók legyünk hozzájuk.

A márciusi ifjak 12 pontja előtt ott áll egy örökérvényű mondat. Szolgáljon ez útravalóként mindannyiunknak: „Legyen béke, szabadság és egyetértés!” Közösségünkben rejlő teremtő erő segítse utunkat, céljaink elérését – emelte ki Csizmadia Zsuzsa.

A megemlékezés végén a polgármester asszony bejelentette, hogy a Herceghalomért Díjat februári döntésével Nyúl Katalinnak adományozta a képviselő-testület, aki 2002. november 6-án a háziorvosi rendelőben dolgozik, mint asszisztens és körzeti nővér. Gratulálunk az elismeréshez! Az ünnepi beszédet követően a résztvevők fáklyákat gyújtva emlékeztek a forradalom hőseire.

SZ.D.





Fotók: Kristóf István

Ha anya boldog, mindenki boldog...

A RENDSZERES MOZGÁS FIZIKÁLISAN ÉS MENTÁLISAN IS CSAK ELŐNYÜNKRE VÁLIK – VALLJA SÁNTA-ROHR MÓNIKA, AKI ENERGIKUS ÉS KEDVES SZEMÉLYISÉGÉVEL SZÁMTALAN HÖLGYET VETT MÁR RÁ AZ EDZÉSEKRE HERCEGHALOMBAN. UTÁNAJÁRTUNK MI A TITKA.

Kedves Mónika mióta élsz a településen, hogyan sodort Herceghalomra az élet?

Tolna vármegyei vagyok, Szekszárdon születtem és a főiskolai tanulmányaim miatt jöttem fel Budapestre. Mikor megismerkedtem a párommal utána költöztem Herceghalomra, mert ő itt nőtt fel. Korábban egyáltalán nem ismertem a községet, mikor a férjem említette, rá kellett googliznom, hogy hol is van. Aztán mikor kijöttünk és megláttam, szerelem volt első látásra.

Mit szeretsz Herceghalomban?

Nagyon szép kis falu, közel van Budapesthez, de mégis békés, nyugodt és zöld. Rögtön tudtam, hogy itt szeretnék gyereket nevelni, nem pedig Budapesten.

Úgy tudom nagyon sok helyi nőt, édesanyját megfertőztél már a mozgás szeretetével, hogyan vált az életed részévé a sport?

Az én történetem nem arról szól, hogy az anyatejjel szívtam magamba a mozgást. Gyermekkoromban egyáltalán nem sportoltam, még művészi tornára sem jártam, mint megannyi kislány és ez így is maradt egészen addig amíg nem költöztem fel a főiskola miatt Budapestre, addig nem volt mozgás az életemben. Aztán mikor elmentem az

egyik csoportos fitness órára, akkor rögtön tudtam, hogy ez az, ez az én világom. megtaláltam a sportomat. Onnantól rendszeresen jártam fitness órákra az első gyermekem megszületéséig.

De ahogy hallom nem maradt pusztán kedvtelés a sport, léptél egy szintet.

Igen, elvégeztem a csoportos fitness instruktorképzést és már évek óta vannak edzéseim. Szerelm számomra, imádom csinálni és látom a lányokon, akinek órákat tartok, hogy ők is lelkesek, ami nagyon fontos. A gyermekeim születésekor már Herceghalmon laktunk. A kislányom 6 éves, a kisfiam 3 éves. Mellettük próbálok lavírozni. Még otthon vagyok a kicsivel, de szeptembertől már óvodába fog járni és onnantól még több energiám és időm lesz ezzel foglalkozni.

Az egykori hobbi egyre inkább hivatássá válik?

Valahogy úgy. Egyelőre két edzést tartok kedden és csütörtökön a Pókháló Falmászóteremben. illetve online edzésprogramot kezdtem felépíteni és számtalan ötletem van még. 12 évig dolgoztam egy reklámcégnél. Aztán amikor otthon maradtam a gyerekekkel éreztem, hogy szükségem van még valamire. Most pedig már úgy gondolom, hogy ezzel szeretnék foglalkozni, ez lesz az én utam.

Online edzés, ezen mit kell érteni?

A Covid idején kényszerűségből kezdődött az online edzések bevezetése, de azóta is megmaradt, hiszen sokaknak praktikus. Otthon bármikor végezhető, én feltöltöttem a videókat, amit nézve, a lakásban maradvá gyakorlatilag mindenki részt vehet egy órán bármikor, amikor kedve tartja és ideje engedi.

Szeptemberben indult az új edzésprogramom MaximumOn néven, ami online elérhető egy zárt facebook csoportban. Már a negyedik nyolchetes edzésprogramnál járok és jelenleg 60 hölgy tornázik ennek segítségével. Persze ebben nem csak herceghalomiak vannak, de a magja a helyi közösség. A visszajelzések pozitívak. Egymást motiváljuk. Persze nem csak teremben, vagy a képernyő előtt edzünk. A futópályát is nagyon szeretjük és használjuk szabadtéri edzésekhez, de akár az országnak is nekivágunk, közös futások is szervezünk. Legutóbb Visegrádon voltunk Fighters' Run versenyen, ami egy 10 km-es, 25 akadálylyal megbolondított szabadtéri próbatételt jelent. Erre külön készültünk, nagyon változatos és a természetben még jobban esik elfáradni.

Milyen típusú edzőnek tartod magad, megengedőbb, vagy szigorúbb vagy?

Az a célom minden edzésen, hogy a lányok törekedjenek a maximumot kihozni magukból, a csúcsteljesítményt elérni és igyekezzenek kitolni a határaikat. Szóval nem szeretem a langyos vizet, ennek ellenére úgy érzem szeretik az óráimat. Ez egy életforma. Nem csak az alakformálás fontos, hanem a napi stressz levezetése, az, hogy a mozgás segít kikapcsolni, feltöltődni. Barátságok is kötődnek közben, jól érezzük magunkat együtt. Karácsonykor például edzettünk egyet és elmentünk közösen vacsorázni, beszélgetni. Az év végi ünnepek környékén 12 nőnek közös időpontot találni maga a csoda, de sikerült. Látszik, hogy mindenkinek igénye van rá. Olyan jól alakult, hogy tervezek még ilyen alkalmat tavaszra és nyárra is.

Mit ajánlasz azoknak, akik szeretnék elkezdni, de még nem tudták megoldani, vagy rávenni magukat?

Sokan azt gondolják, hogy egy edzés minimum 1-1,5 óra kell, hogy legyen, pedig nem. Hetente többször 20-30 perc is nagyon hatásos tud lenni. Nem feltétlen kell rá annyi időt szakítani, mint amit elsőnek gondolnánk.

Ráadásul 30 percet sokkal könnyebb beépíteni a napi elfoglaltságok közé, látom, hogy sokan hajnalban, vagy késő este altatás után oldják meg az edzéseket.

Mindenkinek sok dolga van, de fontos tudatosítani, hogy nem önzőség 30 percre, vagy akár egy órára elmenni edzésre. Nem a családtól vesszük el az időt. Azzal, hogy edzel, kikapcsolsz, feltöltődsz utána sokkal több pozitív energiát tudsz adni a családodnak is. Ahogy mondani szoktam: ha anya boldog, mindenki boldog...

Vagyis lényeges, hogy egymás kikapcsolódására odafigyeljünk?

Mindehhez az kell, hogy az ember mellett egy olyan pár legyen, aki támogatja ebben. Ha kisebb gyerekek vannak, akkor átvállalja őket. Én szerencsésnek érzem magam, hi-

szen a férjem mindenben segít. Sajnos Nem minden nőt támogat a párja ebben, pedig nagyon fontos lenne a férfiak segítsége. Ha mindenki úgy állna hozzá, hogy látom neked ez jó és megoldjuk, akkor sokkal több lenne a kiegyensúlyozott, boldog nő.

Az anyukák mellett más korosztályt is megcéloztál már?

Óvodásoknak is tartottam már foglalkozást és áprilisban újra megyek hozzájuk egészségnapra. Lesznek különböző állomások az egészség témakörében, én játékos tornával készülök, amit valamilyen történetre fűzünk fel.

Ahány csoport és korosztály annyi féle módszer létezik. Hogyan fejleszted magad?

Több képzést is elvégeztem már. És még továbbiakat tervezek. Számptalan lehetősége és formája van a fitness edzéseknek. Mivel a táplálkozás és az edzés szorosan összefügg az egészséges életmóddal, elvégeztem egy táplálkozási tanácsadó képzést is amit szeretnék tovább vinni, hogy tudjak irányt mutatni, ha nehézségek adódnak.

Mit tartasz a lefontosabbnak?

Azt, hogy a rendszeres mozgás révén egy idő után bekerül az ember egy pozitív spirálba és igénye lesz rá. Ezt próbálok elérni mindenkinél, hiszen jót tesz nem csak fizikálisan, de mentálisan is.

SZ.D.





Fotó: Pixabay

Ha április, akkor Föld Napja

1970 ÓTA MINDEN ÉV ÁPRILIS 22-ÉN ÜNNEPELJÜK A FÖLD NAPJÁT. EZ A NAP EMLÉKEZTET MINKET ARRA, HOGY NEM SZENNYEZHETJÜK A BOLYGÓNKAT BÜNTETLENÜL ÉS IDEJE CSELEKEDNÜNK. OLYAN LÉPÉSEKET KELL TENNÜNK, AMELYEK SEGÍTENEK MEGŐRIZNI ÉS VÉDENI AZT A KÖRNYEZETET, AMELYBEN ÉLÜNK ÉS LASSÍTJÁK A KLÍMAVÁLTOZÁS ÁLTAL OKOZOTT KÁROK KIALAKULÁSÁT.

A Föld Napja egy hívószó az életmódváltásra és az odafigyelésre. A természeti katasztrófák a szemünk előtt zajlanak, és az időnk fogytán van. Az éghajlatváltozás már mostanra is súlyos következményekkel jár, így minden tettünk és döntésünk meghatározó a jövőnk szempontjából.

A napot 175 országban tartják, Magyarországon 1990 óta rendezik meg. 2009-ben Evo Morales bolíviai elnök kezdeményezésére az ENSZ április 22-ét a „Földanya Nemzetközi Napjára”-vá nyilvánította. A Föld napja mozgalom egyik jelmondata:

„Ki mondta, hogy nem tudod megváltoztatni a világot?”

Hogy mit tehetsz te azért, hogy támogasd bolygónkat?

- Váltás te is fenntarthatóbb életmódra
- Vásárolj tudatosan
- Használj alternatív, megújuló energiaforrásokat
- Ne pazarold a vizet
- Ne szennyezd a környezetet, gyűjtsd szelektíven a hulladékokat
- Ültess fákat

www.herceghalom.hu

Április Herceghalomban sem maradhat a környezetünk odafigyelésére és megővésére inspiráló program nélkül. Lapzártánk után, április 12-én az önkormányzat szemétszedést szervez, valamint a Műanyag Műhely becenevén a Műmű, a KEK körül várja interaktív programjával az érdeklődőket. A civil szervezet a folyóból kiszedett, egyszer használatos műanyagból olyan dolgokat készít, amik évekig vagy akár évtizedekig hasznosak.

A Műanyag Műhely kívül-belül olyan, akár egy petkálózahajó. Aki a fedélzetére lép megismerkedik a folyami hulladék eredetével, keletkezésével, összetételével. Megtanulja, hogy lehet ezeket a hulladékokat szétválogatni és új életre kelteni. A látogatók darálnak, olvasztanak, formába öntenek, és közben észrevétlenül, szórakozva tanulnak.

„Fontos a vizes élőhelyek, folyók, árterek megtisztítása az eldobált PET palackoktól és egyéb műanyag hulladékoktól, ezért izgalmas és mozgalmas kitelepüléseinken minden korosztály számára kínálnak érdekes, informatív programot. A látogatók állomásról-állomásra ismerkedhetnek meg a szelektív hulladékgyűjtés fontosságával, a körforogásos rendszerekkel, így a hulladékban rejlő értékkel.” áll a MŰMŰ közleményében.

Herceghalom mellett halad majd a Tour de Hongrie

A MÁJUSBAN RAJTOLÓ 100. NEMZETKÖZI MAGYAR KERÉKPÁROS KÖRVERSENY KERESZTEZI A ZSÁMBÉKI-MEDENCÉT. AZ 5. SZAKASZON ETYEKRŐL INDULVA A MEZŐNY HERCEGHALOM MELLETT A 102-ES ÚT MENTÉN ÁTHALAD MAJD ZSÁMBÉKON, TÖKÖN, PERBÁLON AZ ESZTERGOMI BEFUTÓ FELÉ.

A Tour de Hongrie az elmúlt években a kerékpározás ünnepévé vált Magyarországon. Évről évre világsztárok tekernek hazánk legszebb tájain, és a fiatal magyar versenyzők is lehetőséget kapnak, hogy megmutassák tehetségüket a világnak.

A 2025-ös Tour de Hongrie a Magyar Kerékpáros Szövetség, a Vuelta Sportiroda és a Nemzeti Rendezvényszervező Ügynökség által valósul meg, az Aktív Magyarország program és a Honvédelmi Minisztérium sportért felelős államtitkársága jóvoltából.

A versenyzők a Zsámbéki-medencét és így Herceghalmot is érintik a kiírás zárónapján (Etyek – Esztergom, 167 km) majd a versenyzők. (Rajt: 2025. május 18. 12:00, Etyek, Körpince utca. Befutó: 16:00, Esztergom, Bazilika.) **Herceghalom mellett várhatóan 12:15 után halad el a mezőny.**

Leginkább egy belga egynaposra emlékeztet a százéves Tour de Hongrie mindent eldöntő, utolsó etapja. A versenyzők Etyekről indulva érkeznek meg a Pilis emelke-

dőire, ahol háromszor is le kell küzdeniük Pilisszántó embert próbáló emelkedőjét (2. kategória; 1,8 km; 9%). A harmadik kör végeztével aztán Esztergom felé fordulnak, ahol egy hét kilométeres körpálya vár rájuk. 2,5 kör megtételét követően a Bazilika előtt zárul a jubileumi Magyar Körverseny.

A Tour de Hongrie teljes távja idén 885 km, mely alatt több mint 7000 méternyi szintemelkedést kell leküzdeniük a versenyzőknek.

Szurkoljunk együtt, közösen!

Herceghalom az önkormányzat támogatásával együtt szurkol a kerékpáros mezőnynek május 18-án. Álljunk ki a 102-es út mentén egyenpólókban, amelyeket az önkormányzat ingyenesen biztosít minden résztvevőnek. Biztassuk egy emberként a magyar versenyzőket! Soha vissza nem térő, feledhetetlen élménynek ígérkezik.





Fotók: Kristóf István

Márciusban ismét megtelt a KEK környéke

A NEGYEDIK TAVASZNYITOGATÓ ÜNNEPSÉG SZÁMTALAN PROGRAMOT TARTOGATOTT A HERCEGHALOMIAK SZÁMÁRA.

A születések fájának elültetése mellett kézműves piaccal indult a nap, ahol a szebbnél-szebb zöldségek, kerámiák, szörpök és más portékák mellett a Nyugdijas klub palacsintát, a Labdarózs Kórus Egyesület pedig finomabbnál finomabb süteményeket árusított.

A kisebbeket óriáscsúzda, lovaskocsi és kecskét, nyusziakat, valamint kacsát is felvonultató állatsimogató várta, de a Bab Társulat Fenevadak az utcán című műsora is nagy sikert aratott a családok körében.

Cserkúti Edina arcfestéssel jelentkezett, az EFI Egészségmegőrző Központ pedig a pozitív gondolkodással kapcsolatban adott hasznos tanácsokat.

Talán az egyik legnagyobb érdeklődés az Aerokulb Kecskéd vitorlázó repülőgépét, illetve szimulátorát kísérte, amelyeket sorban próbálták ki a gyerekek.

A Herceghalmi Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola növendékeinek koncertje után a Bicskei Prelódium Alapfokú Művészeti Iskola hallgatói is bemutathatták tudásukat, majd DJ Árpi tavaszi slágerei zárták a rendezvényt, amelynek ideje alatt a herceghalomi lakosok ültetni való tavaszi virágokat vihettek haza ingyenesen.

A borús idő ellenére a Tavasznyitógató tökéletes bemelegítés volt a szabadtéri rendezvények sorában, köszönet a szervezőknek és a résztvevőknek!

Sz.D.





Fotó: Kristóf István

Ismét faültetés az újszülöttek tiszteletére

A TAVASZNYITOGATÓ RENDEZVÉNY IDÉN IS A SZÜLETÉSEK PARKJÁBAN KEZDŐDÖTT, AHOL AZ ÖNKORMÁNYZAT NEVÉBEN CSIZMADIA ZSUZSANNA POLGÁRMESTER EGY KÍNAI KÖRTEFA ELÜLTETÉSÉVEL ÉS A 16 ÚJSZÜLÖTT NEVÉT TARTALMAZÓ TÁBLA KIHELYEZÉSÉVEL TISZTELEGETT HERCEGHALOM LEGIFJABB LAKÓI ELŐTT.

„Örömmel és büszkeséggel állok ma itt a Születések parkjában, ahol immár hagyományosan egy fát ültetünk azoknak a gyermekeknek a tiszteletére, akik az elmúlt évben születtek településünkön. Ez a szimbolikus gesztus egyszerre ünnep és felelősségvállalás: ünnepeljük az új életeteket, a családok gyarapodását, közösségünk jövőjét, és ezzel együtt kifejezzük elkötelezettségünket, hogy Herceghalom olyan hely maradjon, ahol jó felnőni és élni” – hangsúlyozta Csizmadia Zsuzsa, aki megjegyezte: 2024-ben 16 gyermek született a községben. „17 új élet, 17 család, ahol a mindennapok már másként telnek – több örömmel, nevetéssel, sok-sok kihívással és reménnyel. A mai faültetéssel őket köszöntjük.” A polgármester hozzátette, édesanyaként tudja, hogy egy kis jövevény érkezése felejthetetlen és különleges pillanatot varázsol a család életébe, majd a gyermekeknek egészséges, boldog életet, a családoknak sok örömet, a településnek pedig további gyarapodást és erős közösséget kívánt.

A családok egy emléklapot és egy Zombori László népi iparművész által készített életfa kerámiát is átvehettek, majd szeretetvendégség következett, amely során beszélgetésre és fényképezésre is sor került.

www.herceghalom.hu

2024. évben születettek

Deák Csongor, Flórián Kamilla, Trombitás Klára, Molnár Lotti, Bata Zsófia, Pusztai Zoé Hanna, Fekete Hunor, Tatai-Szabó Félix, Páldi Kristóf, Balog-Kemecsei Kende, Czuprák Hanna Zina, Kulcsár Annabella, Péter Olivér, Haraszi Júlia, Kovács Janka, Rosta Kornél



„Úgy muzsikálsz, amilyen ember vagy”

NAGY SIKERREL ZAJLOTT A HEGEDŰOKTATÁS HERCEGHALOMBAN

Népszerű volt tél végén, tavasz elején a Csernók Klára népzeneész vezetett hegedűoktató kurzus, amelyen 0-tól 99 éves korig bárki részt vehetett, aki hozott magával legalább egy Stradivarit (na, jó, elég volt egy mezei hegedű), nyitottságot az együttzenélésre, és máris kezdetét vette a jammelés, esetünkben az irányított improvizálás, amelyet Klára tanárnő kitűnően kézben tartva remélhetőleg újabb híveket szerzett e csodálatos hangszernek.

„Ha jó az indítás, akkor akár már első kísérletre is szép hangokat tudunk kicsalni a hegedűből” – oszlatta el a kezdeti hegedűs-próbálkozások agyvelőt ekéző hatásaitól ócodókat az oktató. Aki betévedt az elmúlt hetekben a KEK aktuális hegedűórájára, az megtapasztalhatta, hogy a jelenlét szeretik, legalábbis szeretgetni igyekeznek a hangszerüket. „A hegedű csodásan illik mindkét nemhez, és fantasztikus érzelmeket lehet kifejezni vele” – szötte tovább a kedvcsinálást Csernók művésznő.

Klára hegedűoktatásának lényege, hogy nem stílusokat tanít, hanem magát a hangszerkezelést. A Herceghalomban megvalósult kurzus alapvetően népzenei, már csak azért is, mert a Csoóri Sándor Alap támogatásával valósult meg, és Csernók Klára maga is a folklórból érkezett, kísérőzenész és szólista egyaránt, mert ez az instrumentum mindkettőre alkalmas. Mint ahogy életkor szempontjából sem volt behatárolva a részvétel, kisiskolásoktól felnőttekig kipróbálhatták hegedűtudásukat az érdeklődők.

A közös hegedülés kiválóan fejleszti az együttműködést, a koncentrációt, Klára pedig a foglalkozást megelőző, egymás megismerését célzó kötetlen beszélgetésekkel

sikeresen oldja a kezdeti lámpalázat, esetleges szorongást is. Éppen ezért is volna jó, ha a jövőben folytatódna Csernók Klára kurzusa. A Herceghalom Sándor Móric Községi Könyvtár, Egyházi és Közösségi Ház pályázni fog a további forrásra a Csoóri Sándor Alapnál, hogy így legyen.

Bencsik Gyula



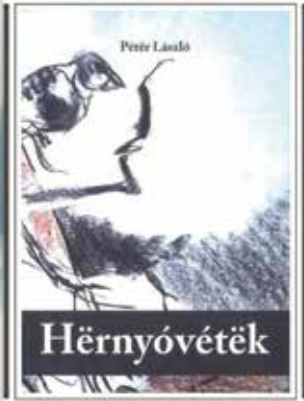
HERCEGHALOM, BABA-MAMA KLUB
EGYÜTTMŰKÖDŐ PARTNEREK:
EFI, HERCEGHALOMI KÖZSÉGI KÖNYVTÁR KEK



*Varázstánc Zenei Kokas
foglalkozás 0-3 éveseknek*

Keddenként 10-11-órától
Indul: Április 8-án, kedden 10 órától
Foglalkozásokat vezeti: Viola Noémi
HELYSZÍN: BABA-MAMA KLUB
HELYSÉG(KÖNYVTÁRRAL SZEMBEN)
JELENTKEZÉS:
06203513511, VINONO@VARAZSTANC.HU

KÖNYVBEMUTATÓ
Péter László íróval



MÁJUS 15. CSÜTÖRTÖK 18 ÓRA
HERCEGHALOMI KÖZSÉGI KÖNYVTÁRBAN

A vajdasági származású, közéletben élő Péter László író, Hernyóvétek című, a bukóvini székelyek 1911-1915 közötti kalváriájáról szóló könyvének vetítésével egybeelötött bemutatója.

SZERVEZŐ: HERCEGHALOMI SÁNDOR MÓRIC
KÖZSÉGI KÖNYVTÁR, KULTURÁLIS
KÖZÖSSÉGI HÁZ



Elfeledett művészet

MÁRCIUS KÖZEPÉN KÉZIMUNKA KIÁLLÍTÁS MEGNYITÓJÁRA GYÜLT ÖSSZE HERCEGHALOM APRAJA-NAGYJA A KEK-BEN, AMELYEN DR. SIGMOND BÉLÁNÉ MUNKÁIT CSODÁLHATTÁK MEG AZ ÉRDEKLŐDŐK.

- Amikor még kislánykoromban a nagymamám zsákokat javított, megkértem, hogy tanítson meg varrni. Aztán harmadikos koromban a tanítónéni megtanított bennünket az iskolában kézimunkázni, majd hatodik osztályban horgolni – idézet fel a kezdeteket Gabi néni, aki a későbbiek során önszorgalomból továbbfejlesztette ezeket a képességeket. Gabi néni, aki hosszú időn keresztül az általános iskola biológia, kémia és technika szakos tanára volt, az évek során a hímzés, varrás, szövés rejtelmeiben is elmélyedt, tudását pedig autodidakta módon művészeti könyvek segítségével fejlesztette és felnőtteknek is tartott foglalkozásokat a településen.

- A kiállítás azért is különleges, mert egy olyan pedagógus munkáját mutatja be, aki nemcsak az oktatásban, hanem a helyi közösségi életben is aktív – emelte ki bevezetőjé-

ben Csizmadia Zsuzsa. A polgármester felhívta rá a figyelmet, hogy a kézimunka hosszú évszázadokon át a nők egyik legfőbb művészeti kifejezőeszköze volt. „Noha a hagyományos művészettörténet ritkán emeli ki ezeket az alkotásokat, a textilmunkák, hímzések, csipkék és foltvarrások generációkon átívelő történeteket mesélnek el.”

Csizmadia Zsuzsa szerint a női alkotók sokáig nem kapták meg azt az elismerést, amelyet a festők, szobrászok vagy építészek. Ennek egyik oka, hogy a női kézműves munkák gyakran a mindennapi élet részei voltak – ágytakarók, terítők, ruhák formájában jelentek meg –, így nem műalkotásként, hanem használati tárgyként tekintettek rájuk. Pedig a kézimunka is a kreativitás, az önkifejezés és a közösségi tudás megőrzésének egyik formája volt.

„A patchwork különösen izgalmas ebből a szempontból, hiszen nemcsak esztétikai értéke van, hanem történelmi is: gyakran generációról-generációra öröklődő darabok, amelyek családi emlékeket őriznek. Egy-egy textil vagy régi ruha, egy meghatározó pillanat, vagy egy szeretett személy emlékét is hordozhatja.”

- Ezzel a kiállítással a helyi közösség elismerést ad egy olyan művészeti ágának, amely évszázadokon keresztül meghatározó volt a nők alkotói tevékenységében, és amely ma is élő és fejlődő hagyomány, valamint inspiráció lehet mindazok számára, akik kreatív módon szeretnék kifejezni magukat. Gratulálunk a csodálatos munkákhoz, a kiállításához – zárta gondolatait Csizmadia Zsuzsa.

Sz.D.

A kézimunka a családi kreativitás és tudás megőrzésének egyik formája





Fotó: Nosalty

Húsvéti sonka kisokos

AHOGY A HÚSVÉT MAGYAR NEVE IS KIFEJEZI, A NEGYVENNAPOS BÖJT UTÁN VÉGE A HÚSTÓL VALÓ TARTÓZKODÁSNAK, ÍGY AZ ASZTALRA KERÜLHET AZ ÜNNEPKÖR EGYIK TRADICIONÁLIS ÉTELE, A SONKA.

A társadalom korábban sokkal komolyabban vette a húsvét előtti böjtös időszakot, amely hamvazószerdával kezdődően nagyszombaton este ért véget. A negyven nap alatt az emberek többsége nem fogyasztott húst, a hal megengedett volt, de többnyire aszalt gyümölcsöt, kenyeret, tésztát, babot, zöldséget ettek. A hagyomány azonban mára jócskán megenyhült – noha ismét nagy divatja lett a rövidebb böjtöknek, a testi megtisztulásnak, és nem csak a hívők körében –, sokan csak a nagyhéten böjtölnek, a legszigorúbb böjti nap pedig a nagypéntek, Jézus kereszthalálának napja.

A sonka a hagyományos paraszti házaknál az őszi – téli disznóvágáskor került a füstölőbe, a nagyböjt alatt pedig nem lehetett elfogyasztani, csak a böjt elmúltával. Ez a szokás pedig hazánkban azóta is megmaradt, hiszen a családok nagy része tesz sonkát az asztalra húsvétkor.

Számtalan fajta sonka létezik, a hosszan érleltekre akár két évet várni kell, a húsvéti négy hónap alatt készül el. A Sonkamester szerint a disznó első vagy hátsó combsonkája tökéletesen megfelel erre a célra, viszont a tartási körülmény itt sem mellékes. Árpás László receptje pedig

a következő: a szakszerűen méretre vágott, kötözött sonka minimum egy hónapig áll a sóban, majd következik két hét füstölés, szigorúan bükkfa égetésével. Ezután hagyni kell két-három hónapot szikkadni a hatvanszázalékos páratartalmú és állandó hőmérsékletű pincében. A hosszú érlelésűekkel szemben a húsvétinak nem kell több négy hónapnál, mert akkor jó, ha szaftos és enyhén zsíros, ezt lehet főzni és az ünnepi asztalra feltálalni.

A főzési praktikákkal kapcsolatban Árpás László megjegyzi: nincs semmi titok, ezt nagyanyáink már tökéletesre fejlesztették. A sonkát előző este beáztatjuk, másnap tiszta vízben feltesszük főni, de előtte hozzáadunk ízlés szerint egy félbevágott vöröshagymát, fokhagymát, köményt, babérlevelet és némi fehérbort. Általában ahány kilós a sonkánk, annyi órán át kell lassú tűzön főzni, de érdemes hústűvel ellenőrizni, hogy kellően megpuhult-e belül. Ha kész, hagyjuk a saját levében kihűlni! A kihűlt sonkát kiemeljük, megtörölgetjük, és hűtőbe tesszük, míg meg nem dermed. A sonkát ne öntsük ki, mert az ebben főtt tojás finomabb lesz. Jó étvágyat!

Sz.D.

HERCEGHALOMI *Majális* 2025 05.01.

- 10.00-11.00** Májusfa feldíszítése, felállítása és kitáncolása a bicskei Mayer Néptáncsoporttal
- 11.00-12.00** Vizeli családi zenekar Interaktív gyermek koncertje
- 12.00-12.30** Vaklárma- Új Látásmód Egyesület
- 12.30-13.00** Főzőcsapatok eredményhirdetése
- 13.00-14.00** Mozgásművészeti és sportbemutatók Marcipán Fitness Sportegyesület, és a Herceghalomi Kempo Dojo Egyesület
- 14.00-14.30** La Kati Flamenco Művészeti Tánciskola táncbemutatója
- 14.30-15.30** Maszk Bábszínház: A Furfangos csudadoktorok
- 15.30-16.30** Tombola
- 16.30-17.30** NemcsakBerry zenekar " Ha az igazi rock & roll életérzést keresed itt a helyed!
- 17.30- 19.30** DJ Árpi

Színpad melletti programok:

- 8.00 -tól** **BOGRÁCSOZÁS**
Egyesületek, intézmények, baráti társaságok főzőcsapataival
- 10.00-16.00** Kísállatsimogató
- 10.00-16.00** Virgonckodó Játzópark ügyességi, logikai, mozgás- és képességfejlesztő nagyméretű fajtékok
- 10.00- 17.00** Csúszdás ugrálóvár
- 10.00- 17.00** Baba-Mama Kuckó
- 10.00-17.00** Iglu játszóház
- 10.00-15.00** Lovaskocsikázás
- 10.00-15.00** Arcfestés
- 14.00-16.00** ZENE-KVÍZ JÁTÉK (KEK-ben)

Műsorok mellett bemutatkozik a Budaörsi BULÁKE (vakok- és gyengénlátók érdekvédelmi szervezete) és a Pátyi Waldorf Iskola.

A programok mellett:

A Herceghalomi Nyugdíjas Klub palacsintával, a Labdarózsa Kórus lángossal a Mozgáskorlátozottak Egyesülete házi süteménnyel várja látókat. Az egyesületek finomságai mellett, hamburger, hot-dog, vattacukor, keleti édességek, csapolt sör és a Nocsak kitelepülése várja vendégeinket.

Támogatók: Herceghalom Község Önkormányzata, Csoóri Sándor Alap



Szervező: Herceghalomi Sándor Móric Községi Könyvtár, Egyházi Közösségi Ház csapata
Műsorváltogatás jogát fenntartjuk!!

HAMAROSAN INDUL AZ M1-ES AUTÓPÁLYA BŐVÍTÉSE!

2022. szeptember elsejétől, 1237 km már meglévő magyarországi gyorsforgalmi út üzemeltetését, fenntartását, felújítását, fejlesztését vette át az MKIF Zrt. a Magyar Államtól.

Társaságunk a következő 10 évben, 2034-ig 279 km új gyorsforgalmi utat épít, 299 km-en pedig bővíti a már meglévő hálózatot.

Az M1-es autópálya az első ütemben 78 km hosszan bővül. Az M0 és Concó pihenő között (94-es km) lesz 2x3 sávós, ezen felül oldalanként 1-1 intelligens leállósáv is épül, ami forgalmi helyzettől függően nyitható lesz (baleset, csúcsforgalom vagy munkavégzések esetén).

Ha a bővítéssel kapcsolatban szeretne hiteles információkat kapni, keressen minket közösségi média felületeinken, látogasson el a www.mkif.hu oldalra, vagy olvassa be telefonjával az alábbi QR kódot:



Befejezés várható időpontja:

I. szakasz

M0 - Bicske

2028. 08. 31.

II. szakasz

Bicske - Concó

2029. 08. 31.

KLÍMA TÉLEN

www.hazklima.hu

KLÍMA NYÁRON

- Klíma beszereléssel
- Fűtésre optimalizált klímák
- Azonnali fűtés vagy hűtés, egész évben
- Gazdaságos működés
- Akár 10 év garancia



NAPELEMES RENDSZEREK

- Rendszertervezés, engedélyeztetés és kivitelezés rövid határidővel
- Közép- és felsőkategóriás rendszerek 10-25 év termék- és teljesítmény garanciával
- Napenergia Plusz Programban is segítünk



NE LEGYEN KISZOLGÁLTATVA
AZ ENERGIAÁRAK NÖVEKEDÉSÉNEK!

Beadás 2025 január 1-től
A program keretein belül energiatárolós napelemes
rendszerek telepítése is elszámolható

VIDÉKI OTTHONFELÚJÍTÁSI TÁMOGATÁS 2025
Már nyugdíjasoknak is! *
IGÉNYELJEN VISSZA AKÁR 3 MILLIÓ FORINTOT!

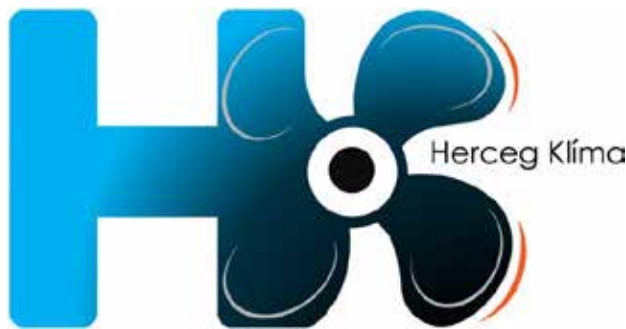
* részletek itt



www.hun-sys.hu

Tök, Árvalányhaj u. • office@hun-sys.hu • 06-20/3414-946

Tök, Árvalányhaj u. • office@hun-sys.hu • 06-30/663-8653



Klíma és hőszivattyú berendezések
telepítése, karbantartása és
szervizelése

Elérhetőség:

Tel.: +36/20-247-6819

klimaherceg@gmail.com

www.facebook.com/hercegklima

Ne csak **HŰTSÖN**, **FŰTSÖN** is veled!
Váltsa ki a gázzal való fűtést gazdaságos, megújuló
energiaforrásokkal!



DAIKIN

