

# Forrás

*Forráskút Község Önkormányzatának lapja*

IX. 12. 2020. december

web: [www.forraskut.hu](http://www.forraskut.hu)

ingyenes

## Kedves Forráskútiak!

### Tartalom

|                                           |              |
|-------------------------------------------|--------------|
| Testületi tájékoztató                     | 2. oldal     |
| Hulladékudvar,<br>Borostyán étterem hírei | 3. oldal     |
| Idősek köszöntése                         | 4. oldal     |
| Egyházi hírek                             | 5. oldal     |
| Agrárhírek                                | 6. oldal     |
| Hulladék<br>tudnivalók                    | 7-9. oldal   |
| Egészség percek                           | 10. oldal    |
| Álláshirdetés                             | 11. oldal    |
| Anyakönyvi hírek                          | Hirdetések   |
| Vásárnaptár                               | 12-13. oldal |
| Közérdekű telefonszámok                   | 14. oldal    |

Ismét eljött, elérkezett a többünk által legszebbnek tartott ünnep, a Karácsony.

Itt van, de a rá való felkészülés, a karácsonyváras merőben más, mint az eddig megszokott volt. Most figyelniünk kell, alkalmazkodniunk kell az ünnepi készülődésben a járványügyi szabályokhoz, ami egyrészt a jogon, másrészt egyéni felelősségérzetten, felelősségvállaláson alapul.

Mindezt annak érdekében tesszük, hogy családjaink, embertársaink és magunk egészségét megőrizzük, hogy még sokszor várhassuk együtt a Megváltó születését. Ezt a jelenlegi időszakot tekintjük egyfajta próbatételnek, amikor is az ajándékozásban a tárgyasult ajándékok mellett felértékelődnek azok az ajándékok, amiket úgy hívunk, hogy egymásra figyelés, tolerancia, segíteni akarás, törődés embertársainkkal. Felértékelődik az a tenni akarás, ami az emberi mivoltunkból fakad és arra irányul, hogy mindannyian teljes értékű emberként legyünk túl ezen a vészterhes időszakon.

Bár nem lehet ünnepségeket, rendezvényeket tartani, de ez nem csökkentheti a Karácsony ünnepének ránk vetülő fényét, melegét, hiszen ennek az ünnepnek a lényege a meghittség, a bensőségesség, az elmélyülés, amit most is szereteteinkkel együtt élhetünk, élünk át hálát adva és bízva a Gondviselésben.

Kívánok kedves mindannyiuknak békés, áldott karácsonyi ünnepeket és egészségben, szeretetben eltöltendő boldog új esztendőt.

**Fodor Imre**



*Forráskút Község Képviselő-testülete  
meghitt, békés Karácsonyi Ünnepeket  
és egészségben, sikerekben gazdag  
Boldog Új esztendőt kíván!*



## Újszülöttek köszöntése

Forráskúton már régi hagyománya van az újszülöttek köszöntésének.

Kezdetben családlátogatás során juttattuk el az Önkormányzat ajándékát a piciknek és szüleiknek, majd az évek során átalakult a szokás egy kis családi hangulatú közös ünnepséggé. Sajnos azonban az idén a covid vírus okozta járványhelyzetben nem volt lehetőség a babaköszöntő rendezvényünk megtartására. Így idén még nem tudtuk az ajándékainkat sem átadni. De nem feledkeztünk meg a községünkbe érkezett kisdedekekről! Sőt! Idén egy igazán szép hagyományt kívánunk elindítani, de ennek a hivatalos megvalósulására szintén csak a rendkívüli helyzet megszűnése után lesz lehetőség. A „Születés fája” felavatására és az elmaradt Babaköszöntő ünnepségre várhatóan tavasszal kerül sor.

De addig is - mivel a lehetőségek csak ennyit engednek most - itt a hír-Forrás hasábjain köszöntjük Forráskút idén született gyermekeit és családjukat. Kívánunk mindenkinek nagyon jó egészséget, sok örömet, boldogságot és a gyermekeknek nagyon vidám szép gyermekkort!

Forráskút 2020 évi újszülötteinek névsora, érkezésük sorrendjében:

- |                          |                                |
|--------------------------|--------------------------------|
| 1. Lajkó Félix           | 10. Gyuris Linett              |
| 2. Kondász Kamilla       | 11. Bartha Ágnes               |
| 3. Váradi Viktória       | 12. Demeter Jázmin             |
| 4. Ádám Konor            | 13. Daka Emma                  |
| 5. Onozó Adél            | 14. Paplógó Emma               |
| 6. Kopasz Kevin          | 15. Dancsik Zsombor            |
| 7. Barakonyi Sándor      | 16. Fekete Bianka Szofia       |
| 8. Arnold Luca Franciska | 17. Marancsik Viktória Szilvia |
| 9. Fülöp Zara Hanna      | 18. Rác Báborka                |

Szeretettel fogadjuk mindnyájukat Forráskúton!

Az újszülöttek köszöntése után szeretném megragadni az alkalmat, hogy a helyi kismamák, újszülöttek és gyermekek gondoskodó védőnőjének, Gyurisné Kálmán Jolánnak is megköszönjem mindannyiunk nevében odaadott egész éves munkáját! Köszönjük Jolika!

Egy rendkívül nehéz év végére értünk, a sok nehézség után kívánom, hogy a karácsony mindenkinek áldott, békés legyen és a jövő esztendő jó egészséget, boldogságot hozzon mindannyiunknak!

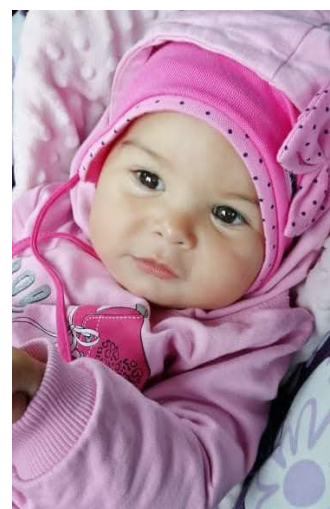
Kálmánné Kovács Mónika alpolgármester



Lajkó Félix



Kondász Kamilla



Váradi Viktória





Ádám Konor



Onozó Adél



Kopasz Kevin



Barakonyi Sándor



Arnold Luca Franciska



Fülöp Zara Hanna



Gyuris Linett



Bartha Ágnes



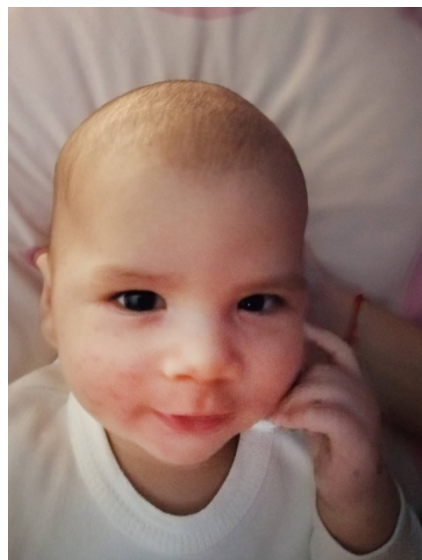
Demeter Jázmin



Daka Emma



Paplógó Emma



Dancsik Zsombor



Fekete Bianka Szofia



Marancsik Viktória Szilvia



Rác Bíborka

„Azért, mert szerettek, jöttem a világra  
Lettem új fény, csillag, szülők boldogsága.  
Szeresetek mindig, igaz szeretettel  
A kincsetek vagyok: kicsi kincs, de ember.”

*Ismeretlen szerző*





## Védőnői Szolgálatról

Tavasszal örömmel költöztünk vissza a korszerűsített tanácsadó épületébe. Az udvarban felépült játszótéren boldogan játszanak a gyerekek. Március közepén a járványügyi helyzet miatt sajnos nem pakolhattuk ki a játékokat, és a védőnői munka is többnyire távkonzultáció útján valósult meg, csak a tanácsadások alkalmával volt lehetőség a személyes találkozásra. Reméljük, hamarosan visszakerülhetnek a játékok, amelyekkel a gyerekek a tanácsadásokon örömmel oldják meg a feladatokat. A szülőknek köszönöm az új helyzethez való gyors alkalmazkodást és a gondos együttműködést. Megszépítették a mindennapi munkát az anyukák által küldött videó felvételek és fotók a gyerekekről. A nyár során sikeresen pótoltuk a szűrésekből a járványügyi helyzet miatt hiányzó vizsgálatokat.

Forráskúton minden napra jut jó cselekedet, hiszen egész év során érkeztek a családoktól a különböző felajánlások, adományok. Az újszülöttek és gyerekek részére kelengyét és ruhacsomagokat készítettem össze.

Köszönöm a bizalmat és örülök, hogy részese lehetek ennek a nagyon szép hagyománynak!

A Magyar Vöröskereszt és a Katolikus Karitászt segítőivel együtt tavasszal és ősszel több alkalommal élelmiszer és higiénés csomagot juttattunk el a gondozottakhoz.

A veszélyhelyzet miatt nem hirdettük meg a „cipősdoboz” akciót, mert az év során folyamatosan érkezett felajánlásokat decemberben szeretnénk eljuttatni a gyerekekhez. Karácsonykor minden önkormányzati csomag mellé kerül egy-egy játékokkal, könyvvel teli doboz a rászoruló családok gyermekeinek. Tapodi Ágnes fogápolási csomagokat készített össze a szaloncukor mellé. Köszönöm a segítséget a csomagolásban Barna Klárinak és Vas Icnak.

Teréz anya szavait idézve:

„Nagy dolgokat tenni nem tudunk, csak kicsiket nagy szeretettel.”

Áldott, békés karácsonyi ünnepeket kívánok a családoknak!

Gyurisné Kálmán Jolán védőnő

## Iskolai hírek

### Matematikaverseny

3. osztályból 7 tanulóval nevezünk a megyei Bolyai Matematika Csapatversenyre. Két csoportba szerveződve oldották meg a gyerekek a könnyűnek nem mondható feladatokat. Mindkét csapat szép eredményt ért el, a 4. és 5. helyezést szerezték meg.

4. helyen végzett Gazdag Máté, Tari Krisztián és Vass Kornél MATEKOSZTAG nevű csapatával.

A szintén szép eredménynek mondható 5. helyet a VILLÁMSZÁMOLÓK csapata hozta el. Tagjai: Galzó Zalán, Nagy Léna, Tóth Kolos és Török Hajnal.

Gratulálunk és további eredményes versenyzést kívánunk!





## Naptár fotópályázat

Ezúton szeretnénk megköszönni minden nevezőnek, hogy fényképe(i) küldésével hozzájárult Forráskút 2021. évi naptárának összeállításához. Hála a sok-sok képnek, a zsűrinek évről évre nehezebb dolga van, ezért a minden forráskúti lakos számára kiküldött A2-es méretű falinaptáron és az Önkormányzatnál megvásárolható hajtogatható, havi bontású falinaptáron más-más fotók kerültek elhelyezésre, de sajnos még így is csak töredékét tudtuk megjelentetni a beküldött képeknek. A tervezett kiállításra a járványhelyzet elmúltja után kerül sor, melyről a későbbiekben adunk tájékoztatást.

Akiknek köszönetet mondunk a képekért:

Barakonyiné Kómár Anikó  
Csenkiné Tajti Tímea  
dr. Cseh Gyöngyike  
Dudás Dénes  
Dudás Tamás  
Csikósne Gyuris Judit  
Farkas Illésné  
Gera Istvánné  
Gémes Ibolya  
Huszár Ildikó  
Illés-Vizsnyiczai Borbála  
Kálmánné Kovács Mónika  
Kovács Aida  
Mangó Tímea  
Maróti Józsefné  
Mojzesné Kocsispéter Edit  
Monostori Zsoltné  
Ocskóné Farkas Ildikó  
Oláhné Bodor Manna  
Repkóné Farkas Kitti  
Sánta Dániel  
Székely Sára  
Sziládiné Lévai Nóra  
Szilágyiné Darázs Krisztina  
Tóth Tibor  
Tóth Zsolt  
Vajner Katalin  
Zádori Imréné

A havi bontású falinaptár a Polgármesteri Hivatalban megvásárolható 1.000,- Ft/db áron, a befolyt összeget támogatásként a forráskúti rászoruló gyermekek megajándékozására fordítjuk. (Az előző évek bevételeiből tavaly nagy táblás MILKA csokoládét kapott minden gyermek a Karácsonyi ünnepeken).

## Tökfaragó fotóverseny

Október végén a Forráskútért Civil Egyesület ötletére tökfárgó versenyt hirdettünk. Sajnos a fokozódó járványhelyzet miatt a közös fárgás elmaradt, az otthon készített alkotásokat fotóversenyként díjaztuk. A fárgni való tököket az önkormányzat biztosította. A sok-sok nevező közül a közönségszavazás nyertese Kovács Aida lett, a zsűri további díjjal Arnold-Ferencz Kittit jutalmazta. A nyertesek ajándékát Balogh Mónika, további nevezők ajándékát a Forráskútért Civil Egyesület ajánlotta fel. Köszönjük nekik és minden nevezőnek is!



## „Főiskolai hallgató Forráskútról”

A Rúzs Sándor Betyár Egyesület által szervezett ruzsai XIX. Hagyományos Paraszt-Lakodalmos rendezvényen **Kiss Renáta** főiskolai hallgató, aki nagyapja csólyospálosi mintagazda fogatával a menyasszonyos fogat megtisztelő címet kapta. Fogathajtóként is igazolta, állatszeretetét és hozzáértését, még mindig a legfiatalabb fogathajtónk.

Elismerésünket és köszönetünket fejezzük ki szíves segítségükért!

A lap Olvasóinak Áldott Ünnepeket, Békés, Boldog Új Esztendőt és jó egészséget kívánok!

Szeretettel: Szanka János  
szervező





## A falugazdász tájékoztatója

### Decemberi aktualitások

#### Tisztelt Termelők!

A koronavírus járvány miatt jelenleg az ügyfélfogadás a korlátozó intézkedések alapján a megszokott rendben zajlik, de továbbra is érvényben maradnak vírus terjedését megelőző rendelkezések: arcmaszk és kézfertőtlenítő használata kötelező, egymástól legalább másfél méter távolságtartás kötelező, emiatt a létszám korlátozása lesz az ügyfélvárakozóban. A kis alapterületű ügyfélvárakozó helyiségek és a téli időjárás miatt az ügyintézés telefonos időpont-egyeztetés alapján fog történni.

A személyes jelenlétet nem igénylő ügyintézésre továbbra is lehetőség van, ezért célszerű a telefonos egyeztetés.

#### A 2020. évi Egységes kérelmekkel kapcsolatos tudnivalók:

A kérelmek helyszíni ellenőrzése a területen általában befejeződött, a támogatási előlegek kifizetése folyamatos. Az előzetes információk alapján az előlegek utalása még december 21-ig lehetséges, ezután az év végi leállást követően 2021. január közepétől kezdik meg ismét a kifizetéseket.

Mivel a térségünkben sok termelőt ellenőriztek, valamint a légi felvételek felújítása, s arra alapozottan az érintett blokkok felülvizsgálata folyamatosan zajlik, ezért az érintett gazdák kifizetése nagy valószínűséggel majd a következő évben fog megtörténni.

#### Az őstermelői igazolványokkal kapcsolatos tudnivalók

Megjelent a 2020. évi CXIII. törvény a családi gazdaságokról és az őstermelői tevékenységről, amely alapjaiban változtatja meg a mező- és erdőgazdálkodási tevékenységek végzésének a módját, a család, mint gazdálkodási egység üzemi formáit, működésük szabályait. A Törvény célja a kis- és közepes gazdaságokra épülő családi alapon működő mezőgazdasági modell fejlesztése, az életképes gazdasági együttműködések létrehozásának ösztönzése, az agrárközéposztály erősödésének támogatása és mindezzel a vidéki térségek demográfiai folyamatainak kedvezőbb irányba fordítása. A Törvény 2021. január 1-től lép hatályba.

Részletesen szabályozza a mezőgazdasági őstermelő, s az őstermelői tevékenység fogalmát (alapjaiban ez nem változott), valamint az új működési formákat. Ezek a következők:

**1. Őstermelőkre** vonatkozó szabályok (Ez lesz a jelenlegi egyéni őstermelői igazolvánnyal rendel-

kezők köre):

Kibővül az őstermelők **tevékenységi köre** összhangban a mező-, erdőgazdasági és **kiegészítő tevékenységek** körével.

Az őstermelő bevételben **kiegészítő tevékenységből** származó bevétel is megjelenhet a teljes őstermelői bevétel legfeljebb 25%-áig.

Az őstermelők személyi köre változatlan marad.

**2. Őstermelők családi gazdaságára** (a továbbiakban ŐCSG) vonatkozó szabályok:

A **közös őstermelői** tevékenység és a jelenlegi **családi gazdaság** működési formák **összevonásával** létrejövő új működési forma bevezetése, mely **szerződéssel** **alapul**.

Új ŐCSG alapítása: 16 éven felüli **őstermelő tagokkal** történhet, azzal az átmeneti szabállyal, hogy a jelenlegi családi gazdaságok 16 éven aluli tagjai az ŐCSG-ben is tagok maradhatnak. Az ŐCSG tagok sem egyéni vállalkozóként, sem CSMT tagként nem folytathatják ugyanazt a tevékenységet, melyet az ŐCSG folytat. Az ŐCSG **tevékenységi köre is kibővül** kiegészítő tevékenységekkel az őstermelői tevékenységgel megegyezően.

Az ŐCSG tagjainak **nem szükséges közös háztartásban** élniük.

Az ŐCSG tagok egyikének **sem** szükséges mezőgazdasági **tevékenységét élethivatás szerűen folytatni**.

**3. Családi mezőgazdasági társaság** (a továbbiakban: CSMT) tervezett létrehozása:

- **Új minősítő kategória** biztosítása a **társasági formában működő gazdaságok számára**.
- CSMT minősítést kaphat hozzátartozók által mező-, erdőgazdasági és kiegészítő tevékenység folytatására alapított bármely gazdasági társaság, vagy szövetkezet.

**Adózási szabályok változása – ebben az esetben is a fő cél az egyszerűsítés volt:**

Az adó mértéke alapján négy kategória került kialakításra:

1. *az éves minimálbér felét el nem érő* (támogatás nélküli) őstermelői bevétellel rendelkező mezőgazdasági őstermelők (kb. 966 ezer Ft árbevételeig). Költség elszámolási módtól függetlenül a legkisebb őstermelők adómentességét mondja ki.

(folytatás a következő oldalon)



1. *átalányadózás az éves minimálbér ötszöröse alatti támogatás nélkül számított átalányjövedelemig (9,66 M Ft-ig).* Ez a kategória tömörítene a korábbi nemleges nyilatkozattevőket, átalányadózókat és a 10%-os költséghányadot választókat.
2. *átalányadózás az éves minimálbér ötszöröse és az éves minimálbér tízszerese támogatás nélkül számított átalányjövedelem között.* Gyakorlatilag az átalányadózás felső határát tolja ki. Azok is választhatnak átalányadózást, akiknek korábban a tételes költségelszámolást kellett választaniuk a bevételi korlát túllépése miatt.
3. *tételes költségelszámolás éves támogatások nélküli bevételtől/jövedelemtől függetlenül.* Mint eddig, ezt bárki választhatja.

Az ÖCSG, valamint a CSMT esetében ezek az adókedvezmények összevonhatók, a felső határ a 80 M Ft árbevétel.

**Fontos megjegyezni, hogy az ÁFA törvény, a Helyi Iparüzési Adóról szóló jogszabályok, valamint a Járulékokról szóló jogszabályok érdemben nem változtak!!!**

### Átmeneti szabályok és teendők

Az új törvényi szabályozással megszűnik az őstermelői igazolvány, ezáltal megszűnik az őstermelői igazolvány érvényesítésével és a betétlap érvényesítéssel kapcsolatos tennivaló. Helyette az őstermelői nyilvántartás lép életbe.

Minden őstermelő, a közös igazolványon szereplő tagok is, akik 2020. december 31-én hatályos igazolvánnyal rendelkeztek (a most lejáró őstermelői igazolványokon szereplő személyeket is ideértve), automatikusan 2021. január 1-től szerepelni fognak az őstermelői nyilvántartásban, azaz őstermelőnek minősülnek. Aki nem kívánja folytatni az őstermelői tevékenységét, azt külön jelezni szükséges. Jelenleg nekik nincs tennivalójuk.

A jelenlegi közös őstermelői igazolvánnyal rendelkezők és a családi gazdaságok automatikusan az Őstermelők Családi Gazdaságának (ÖCSG) nyilvántartásába 2021. január 1-től bekerülnek, de ebben az esetben adategyeztetést kell végrehajtani, valamint egy ÖCSG alapító szerződést kell megírni és csatolni. Ennek a formátuma még nem ismert, remélhetőleg januártól a rendelkezésünkre fog állni. Az adategyeztetésnek az átmeneti időszakban meghatározott határideje 2021. június 30.

A Családi Mezőgazdasági Társaság (CSMT) egy már

meglévő gazdasági társaság, vagy családi gazdaság (aki a mező és erdőgazdálkodási tevékenység szempontjából megfelel a feltételeknek) továbbvitelének a módját jelenti, egy új forma kerül bevezetésre.

Az Adategyeztetés folyamatát az aktuális járványügyi helyzet, valamint az egyéb feladatok ütemezése miatt tervezetten kell végrehajtanunk, valószínűleg ez is időpont egyeztetés alapján fog majd történni.

A nyilvántartást végző s az adategyeztetési folyamatot végrehajtó szervezet továbbra is a Nemzeti Agrárgazdasági Kamara lesz, melyben a Falugazdászok fognak segítséget nyújtani. A téma terjedelme és jelentősége, valamint a Hírmondó adta lehetőségek miatt az a kérésem, hogy speciális kérdésekben keressék fel az adóügyi kérdésekben jártas szakembereket, akik egyedi eseteket figyelembe véve személyre szabott tanácsokat tudnak a témában adni.

Az aktuális pályázati lehetőségek (Jelenleg nyitott a Mezőgazdasági kisüzemek fejlesztése!!!) a [www.szechenyi2020.hu](http://www.szechenyi2020.hu), [www.kormany.hu](http://www.kormany.hu), a [www.mvh.gov.hu](http://www.mvh.gov.hu) és a [www.nak.hu](http://www.nak.hu) honlapokon megtalálhatók, kérem, figyeljék ezeket az oldalakat is. December 21-től a Falugazdász hálózat ügyfélfogadása szünetelni fog, ügyintézési lehetőség csak a Járasközpontban Mórahalmon, vagy az Agrárkamaránál Szegeden a Kossuth Lajos sgt. 17. alatt lehetséges, kizárólag telefonos időpont egyeztetés alapján (62/423-360)

Ez az év a járvány miatt különleges volt mindannyiunknak, az ügyintézésben többször fordulhattak elő akadályok. Az év végén én minden kedves Ügyfelemnek tisztelettel szeretném megköszönni az egész éves munkájukat, a közreműködésüket, a türelmet és a megértést, melyet tanúsítottak.

**ÁLDOTT BÉKÉS BOLDOG KARÁCSONYI ÜNNEPEKET ÉS EREDMÉNYEKBEN GAZDAG BÉKÉS BOLDOG ÚJÉVET S JÓ EGÉSZSÉGET KÍVÁNOK**

A telefonszámom: 06-30/337-2520

E-mail címem: [gyuris.ferenc2@nak.hu](mailto:gyuris.ferenc2@nak.hu)

Facebookon/Messengeren is elérhető vagyok Gyuris Ferenc néven,

Tisztelettel: Nemzeti Agrárgazdasági Kamara





## Információk COVID-19 tünetek esetén: mikor mit tehetünk?

### Mit tegyen otthon, ha koronavírusra utaló tünetei vannak?

Maradjon **otthon**, értesítse a családot, háziorvost!

A családtagokkal is tartson kellő távolságot! Mosson rendszeresen kezet, a WC, fürdő és konyha kilincseket és egyéb használati eszközöket naponta többször fertőtlenítőszerrel törölje át! A levett ruházatot mielőbb mossa ki, az ágyneműt gyakran cserélje!

Bevásárláshoz (bolt, patika) kérjen segítséget / házhozszállítást! Fokozza a biztonságérzetet, ha megismeri és felírja Ön is azokat a telefonszámokat (pl. mentő, háziorvos, ügyelet), amelyeket hívhat, amennyiben szükséges.

A tüneteket a megfázás, vagy influenza esetén alkalmazott módszerekkel is kezelheti (pl. gyógyteák, pihenés, stb.), hozzátéve és betartva az orvos utasításait is. Javasolt a vitaminok szedése is: legfőképpen C-vitamin, 14 éves korig 500 mg/nap, 14 éves kor fölött 1000 mg/nap adagban, továbbá D-vitamin, gyerekeknek 2000NE/nap, felnőtteknek 5000 NE/nap, de minimum 2000 NE/nap adagban.

A láz, a köhögés, a torokfájás hatékonyan kezelhető számos, közismert gyógyszerrel (pl. paracetamol vagy ibuprofen tartalmú gyógyszerek, vagy Algopyrin, a betegtájékoztató szerint alkalmazva).

Igyon **legendő folyadékot!** Amikor a vizelet színe világos, akkor megfelelő a folyadékbevitel.

Amikor fekszik, váltogassa a testhelyzeteket, annak érdekében, hogy a levegő tüdejének minden részét jól átjárhassa! A hason fekvés kifejezetten jó hatású!

A leghatékonyabban **pihenéssel** és sok **alvással** tudja aktiválni szervezete gyógyító erejét. Szervezetének időre és pihenésre van szüksége, hogy fel tudja venni a harcot, és ki tudja dolgozni a megfelelő védekezési stratégiát a vírussal szemben. Ezért nagyon fontos, hogy a pihenés valódi pihenés legyen és ne otthoni munkavégzés! A fáradékonyság és álomosság jelzés a testétől, hogy beindultak a szervezet saját öngyógyító mechanizmusai.

Engedje meg magának a pihenést és alvást, hogy a szervezete tehesse a dolgát.

Ez az időszak most **lehetőség** arra, hogy olyan pihentető, kikapcsolódást segítő dolgokkal foglalkozzon, amikre máskor nincs ideje.

### Mit tegyen tesztelés előtt?

Ha tünetei vannak, konzultáljon telefonon a háziorvosával, aki - amennyiben indokoltnak tartja -, értesíti az Országos Mentőszolgálatot (OMSZ) a mintavétel érdekében. Számítsunk arra, hogy a mintavételt végző dolgozók fehér „szkafanderbe” öltözve érkeznek majd. Fontos, hogy a mintavétel előtt 2 órával ne

egyen, csak vizet igyon, ne dohányozzon, ne mosson fogat!

A teszt eredményéről a háziorvos értesíti Önt, illetve (ha rendelkezik ügyfélkapu regisztrációval), megnézheti a teszt eredményét az Elektronikus Egészségügyi Szolgáltatási Térben, az <https://www.eeszt.gov.hu/> oldalon.

### Mikor szükséges mentőt hívni?

Egyes tünetek jelzik, hogy önnek azonnali segítségre van szüksége. Hívja a **mentőket a 112-es számon**, ha az alábbi tünetek bármelyikét tapasztalja:

- súlyos, vagy fokozódó nehézlégzés, fulladás (pihegés, légszomj),
- kékes ajkak, sápadtság)
- súlyos, vagy fokozódó mellkasi vagy felhasi fájdalom
- hirtelen megjelenő, súlyos, vagy fokozódó erős fájdalom
- ájulás, eszméletvesztés
- hirtelen jelentkező erőteljes szédülés, vagy hirtelen fellépő
- látászavar, vagy beszédzavar
- súlyos, hirtelen megjelenő végtagi ügyetlenség, mozgászavar,
- bénulás
- környezet által észlelt, zavarodottság, zavartság
- vérköpés vagy vérhányás, vagy csillapíthatatlan vérzés
- tartósan fennálló, egyre fokozódó hányás vagy hasmenés

### Milyen információkra van szüksége a mentőknek?

- Az ön neve (ha hozzátartozó telefonál: ki a beteg?)
- Pontos cím: hol van a beteg?
- Milyen tünetek miatt hívja a mentőket?
- Fontos előzmények (pl.: igazolt koronavírus fertőzött)
- (Ha szükséges: hogyan jutnak be a mentők a házba vagy lakásba)

### Ha kórházba kell mennie

Ha a mentők úgy ítélik meg, hogy az Ön számára biztonságosabb a kórházi ellátás, akkor a területileg illetékes kórház fertőző osztályára, járványkórházba, vagy más, COVID-ellátásra kijelölt intézménybe kerülhet. A kórházban minden szükséges vizsgálatot elvégeznek, és újra ellenőrzik, hogy Ön koronavírusal fertőzött-e vagy sem. Ha a laboreredmény megerősíti, hogy Ön koronavírusal fertőzött, akkor olyan osztályon fogják kezelni, amelyik felkészült erre az ellátásra is. Ha nem fertőzött, és más betegsége van, akkor a betegségének megfelelő osztályra kerül.

(folytatás a következő oldalon)



### Mit vigyen a kórházba?

Fontos, hogy vigyen magával folyadékot és nem romlandó élelmiszert, hogy ezek a felvételi vizsgálatok, a várakozás ideje alatt is kéznél legyenek.

A kórházban a következőkre lesz szüksége:

- személyes iratok (személyi igazolvány, lakcímkártya, TAJ kártya)
- értesítendő hozzátartozó elérhetősége (telefonszáma)
- rendszeresen szedett gyógyszerek listája és legalább néhány napra
- gyógyszer
- lázmérő
- ha cukorbeteg: vércukormérője és (ha használja) inzulin készítménye
- ha asztmás/COPD-s: inhalációs gyógyszerei, inhalátora
- hálóruga, pizsama
- papucs
- törölköző
- tisztálkodási szerek
- mobiltelefon és töltő
- ha van: szemüveg, járóbot
- szabadidő eltöltéséhez szükséges eszközök, pl. könyv, rejtvény

A betegség időszaka sok kérdést vethet fel. Vannak, akikben felerősödnek ilyenkor az aggodalmak, szorongások. Sokat segíthet, ha megosztja az érzéseit, gondolatait a családtagjaival, barátaival. Ha további segítségre lenne szüksége, a következő helyeken kaphat ingyenes segítséget:

#### Önkéntes pszichológus segítők:

- Pszi pont – pro bono: <https://pszi.hu>
- Meghallgatunk online: <https://meghallgatunk.online>

#### Ha azonnali lelki segítségre van szüksége:

- Magyar Lelki Elsősegély Telefonszolgálatok Szövetsége:
- 116-123 (bármilyen vezetékes vagy mobilszolgálatától)
- előtárcsázás nélkül, 0-24 órában ingyenesen hívható)
- Délután Telefonos Lelkiségegy Szolgálat 40 év felettiek számára:
- 06 80 200 866 (minden nap 18-21 óra között hívható).
- Kék Vonal gyermekek és 24 év alatti fiatalok számára: 116 111
- Kék Vonal szülők, hozzátartozók számára, akik egy gyermekkel
- kapcsolatban szeretnének tanácsot kérni: 116 000



### EGÉSZSÉGPÉRCEK: Fókuszban a Szénhidrátok – „Hozzáadott cukrok”

#### A Mórahalmi Egészségfejlesztési Iroda Rovata

Optimálisan a teljes napi össz-energiabevitelünk 50-55%-a kellene, hogy szénhidrátból származzon, amiben már benne van a **hozzáadott cukor** is, mely a WHO (Egészségügyi Világszervezet) ajánlása szerint az 50-55%-on belül legfeljebb 10%-ot képviselhet, ami megközelítőleg napi 50 grammot jelent.

#### Mit értünk hozzáadott cukor, illetve természetes cukor alatt?

Egészségre gyakorolt hatás szempontjából fontos elkülöníteni az élelmiszerekben, ételekben található természetes és hozzáadott cukortartalmat. Hozzáadott cukor alatt az ipari feldolgozás során az élelmiszerekhez és italokhoz, illetve a főzés során és a fogyasztó által az ételhez adott cukrokat – értsd: monoszacharidok (pl.: glükóz /szőlőcukor/, fruktóz /gyümölcs-cukor/) és diszacharidok (pl.: nád-, malát- és répacukor) – valamint a mézben, szirupokban, gyümölcslevekben és gyümölcslé koncentrátumokban lévő cukrokat értjük. A friss gyümölcsök, zöldségek, illetve a natúr tej és tejtermékek természetes cukortartalommal bírnak.

#### A természetes cukrok előnyei, hozzáadott cukrok hátrányai

A természetes formában előforduló cukrok forrásaival (zöldségek, gyümölcsök, natúr tej és tejtermékek) rostokat, vitaminokat, ásványi anyagokat és vizet is viszünk be szervezetünkbe, ebben a formában hasznosak számunkra. Az élelmiszerekhez, ételekhez adott cukrok túlzott bevitele – különösen, ha túlsúllyal és ülő életmóddal társul – növeli a szív- és érrendszeri betegségek, cukorbetegség és egyéb egészségi problémák kialakulásának kockázatát. A cukor hozzáadásával az adott élelmiszernek vagy ételnek az energiatartalma növekszik csak, szervezetünk számára értékes anyagokat nem szolgáltat, ezért is érdemes egészségünk védelmében erősen korlátozni a hozzáadott cukrok bevitelét.

#### Nézzük meg az élelmiszercímkét!

Élelmiszervásárlásnál mindig olvassuk el a termék címkéjén látható hasznos információkat. A tápérték táblázatban található a „szénhidrátok amelyből cukrok” sorban feltüntetett cukormennyiségébe beleértendő az adott élelmiszer természetes és hozzáadott cukortartalma is. **Hozzáadott cukrot akkor tartalmaz egy termék, ha az összetevők között is látjuk felsorolva.**

Az élelmiszer összetevői a csomagoláson csökkenő sorrendben vannak feltüntetve, vagyis az az összetevő szerepel az elsők között, amiből a legtöbbet



tartalmazza a termék. A hozzáadott cukorra az élelmiszer címkén többek között a következő kifejezések utalnak:

- glükóz, dextróz
- glükóz-fruktóz szirup
- magas fruktóztartalmú kukoricaszirup
- kukoricaszirup
- cukor
- barna cukor
- méz
- invertcukor
- keményítősörp
- maltóz
- szacharóz
- juharszirup
- melasz

#### A hozzáadott cukor helyettesítése

Túlsúly, elhízás, szénhidrátanyagcsere-problémák (inzulinrezisztencia, emelkedett éhomi vércukor, csökkent glükóztolerancia) és cukorbetegség esetén javasolt a hozzáadott cukrokat mellőzni, illetve teljesen kizárni az étrendből.

Ha szeretnénk helyettesíteni a cukrot, arra több megoldás létezik:

**Energiamentes vagy intenzív édesítőszer:** pl. aszpartám, aceszulfám-K, ciklamát, szacharin, taumarin, jázminpakóca-levele kivonat (sztyvia)

Lényegesen, esetenként többször édesebbek, mint a kristálycukor. Az aszpartám kivételével teljesen energiamentesek, nem emelik a vércukorszintet sem, így cukorbeteg és fogyókúrások is fogyaszthatják. Általában egymással kombinálják őket, így találkozhatunk velük a por, tabletta vagy folyadék formájában is, ugyanis fokozzák egymás édesítő erejét. A többi édesítőszerhez mérve viszonylag olcsók, ráadásul fogbarátok.

Mikor válasszuk őket?

- Bátran használhatjuk őket általános, hétköznapi édesítésre, fogyasztásukat nem kell beszámolni a cukorbeteg, fogyni vágyók étrendjébe (energia- és szénhidrátmentesek)

Mire figyeljünk?

- Az aszpartám, illetve a szacharin csak mérsékelten hőálló, ezért ezeket inkább az ételek, desszertek, italok utóízésítésére ajánljuk.

- Nem helyettesítik a cukor tömeget adó hatását, ezért piskótajellegű sütemények készítéshez nem használhatók.
- Az élesztőgombákkal sem lépnek kölcsönhatásba így kelt tészták előállításához nem ajánlott a felhasználásuk.
- Mindegyik intenzív édesítőre érvényes, hogy figyelni érdemes az óvatos adagolásra, vagyis egyszerre csak kis mennyiséget tegyünk az ételekbe, italokba.

**Cukoralkoholok vagy cukorpótlók:** szorbit, mannit, xilit, eritrit, fruktóz.

A cukrok redukálásával állítják elő őket, de a természetben is megtalálhatóak. Nem édesebbek jelentős mértékben, mint a cukor. A fruktóz és szorbit kivételével viszonylag drágák. A cukorbeteg és fogyni vágyók diétájába arányosan elosztva beépíthetők, ugyanis csak kis mértékben emelik a vércukorszintet, de energiatartalmuk az esetek többségében a cukoréval azonos. Kivétel ez alól a xilit, vagy más néven nyírfacukor, amely 40 százalékkal alacsonyabb energiatartalmú és az eritrit, amely energiamentes.

Mikor válasszuk őket?

- Elsősorban olyan esetekben ajánljuk, ahol a cukor tömegére, leginkább a sütésnél, feltétlenül szükség van, pl. ha piskótát vagy egyéb süteményt készítünk.

Mire figyeljünk?

- Energiatartalmuk sok esetben a cukoréval azonos (kivéve eritrit, xilit), ezért a fogyókúra idején kevésbé ajánlottak.
- Hátrányuk, hogy hashajtó hatásúak (eritrit kivételével). Legfeljebb napi 30-40 fogyasztható belőlük.
- Befőzésnél, lekvár készítésénél külön figyeljünk a befőttek hőkezelésére vagy tartósítószer használatára, mert az édesítőszernek, szemben a cukorral nincs tartósító hatása.

**"Egészségfejlesztés a Homokhátságon" című, EFOP-1.8.19-17-2017-00019 azonosítószámú projekt támogatásába.**







## Egyházközségi hírek

ADVENTI LELKIGYAKORLAT -elmarad

December 24. Csütörtök: SZENTESTE – 17.00 szentmise

December 25. Péntek: KARÁCSONY – Krisztus születése – Főünnep – Mise: 10.30

December 26. Szombat: Szent István vértanú ünnepe – Mise: 10.30

December 27. Vasárnap: SZENT CSALÁD - családok megáldása – Mise: 10.30

Dec. 31. Csütörtök: SZILVESZTER – HÁLAADÁS – Mise: 10.30

Január 1. Péntek: ÚJÉV – SZÜZ MÁRIA ISTEN ANYJA – főünnep – Mise: 10.30

Január 3. Vasárnap: Karácsony u. 2. vasárnap

Január 6. Szerda: VIZKERESZT ÜNNEPE vízszentelés – Mise: 10.30

Január 7. Első Csütörtök: Jézus Szíve Családok szentségimádása

Január 10. vasárnap: Urunk megkeresztelése - Mise: 10.30

### SZENT ISTVÁN KIRÁLY IMÁJA

A mélységből kiáltok Hozzád, hallgass meg Uram!

Taníts meg, hogy kell könnyezni a meg nem érdemelt örömben,

s hogyan kell örülni a megérdemelt könnyben.

Adj erőt, hogy kevélységem csillogását elhomályosítsam,

s az alázatosság színtelenségét okosan csillogtassam.

Taníts meg, hogyan kell a gyengékhez lehajolni,

s hogyan kell féktelen erővel egyenesen állni.

Adj erőt, hogy fölényesen legyőzzem a testet,

s alázatosan megadjam magam a léleknek

Taníts szelíd szóra, ha bántások érnek,

s hideg mosolyra, ha jogtalan dicsérnek.

Adj erőt napközben, hogy el ne fáradjak,

s fáradtságot este, hogy rögtön elaludjak.

Taníts meg lendülni, ha Reád találtam,

s hirtelen megállni, ha utat hibáztam.

Ne add meg mindig, amit nagyon kérek.

Taníts bátor lenni, amikor nagyon félek.

Engedd a világot megvetve szeretni,

csak magadat ne hagyd soha elfeledni.

Ez a kívánságom, ez maradjon végleg,

de ha másként szólnék, nagyon szépen kérlek,

ne neheztelj reám, ne fordítsd el orcád,

hiszen a mélységből kiáltok fel Hozzád.

### ISTEN NEM SZEMÉLYVÁLOGATÓ

„Egy templomban 'vadul' imádkoztam. Épp a matematikai tanulmányaim végén jártam. Azt mondtam a Jóistennek: Jelet kérek Tőled. Ha azt akarod, hogy folytasam életemet, mint jó keresztény, aki minden vasárnap

imádkozik, de semmi több, nem baj folytatom. De ha többet akarsz tőlem, mutatkozz meg! Itt van egy fiú mellettem a templomban. Imádkozzon értem!... Eltelt egy kis idő, nem történt semmi. Elindultam, hogy ki-megyek a templomból, Már a kilincsen volt a kezem, amikor meghallottam, hogy valaki szalad utánam. Oda-jött, rátette a kezét a vállamra és azt mondta:

„Várj, imádkoznom kell érted!” Megfordultam. Az a fiú volt. És elkezdett értem imádkozni. Egy szót sem hallottam már: önkívületbe estem. Tudtam, hogy Isten létezik. Foglalkozik velem. Ez a történet megváltoztatta az életemet.”

Moens fiatalon ejtőernyőzőtt. „Amikor ugrom, egyetlen kérdés foglalkoztat: Vajon kinyílik-e az ernyő? Ez mindig izgalommal tölt el. Aztán hopp és kinyílik. ... Ha ugrás előtt akarják megvizsgálni, hogy kinyílik-e, ellenőrizhető a repülőgépen is, de aki ezt megteszi, és úgy ugrik ki, biztosan meghal. Az egyetlen megoldás, ha akkor nyomja meg a gombot, amikor már kiugrott. ... Szentlélekkel ugyanez a helyzet: csak úgy tudják megtapasztalni a működését, ha ugranak egyet. Vagyis térjenek meg.

A vándornak időnként meg kell állnia, hogy megpihenjen, és újult erővel tudjon tovább haladni az úton. Ahhoz, hogy mélyen és tisztán lássa a már megtett utat, meg kell állnia, és hálát kell adnia és hálát kell adni. Hiszen amikor úton van, a vándor nem mindig látja a dolgok, a nehézségek értelmét, de ha megáll, rájön, hogy minden úgy jó, ahogy történt. Mert mindennek meg kell történnie vele azért, hogy most ott legyen, ahol éppen van. A megélt nehézségek és küzdelmek nemcsak a vándor testét teszik próbára és erősítik meg, hanem a lelkének izmait is erősebbé teszik.

Minden embernek, minden házaspárnak, minden közösségnek szüksége van megújulásra, átalakulásra. Nekünk, misszionáriusoknak is fontos ez a hivatásunk útján. A verbiták rendi szabályzatában szerepel, hogy minden verbita tíz év szolgálati idő után egy szabad évet, úgynevezett szabbatikum évet kaphat. A római rend általános vezetősége minden évben meghirdeti a szabbatikum programját „Nem kurzus”, néven utalva Róma mellett fekvő városra, Nemire, ahol a szabbatikum program zajlik, az Ad Gentes Verbita Lelki központban. Magung Francis SVD atya tizenhárom év magyar szolgálat után kérte ki a szabbatikum évet. Chicágóban vett részt a Hesburg szabbatikum programon. Itt négy hónapot töltött el kilenc másik szerzetessel, akik a világ minden tájáról érkeztek. Minden nap előadásokon és lelki programokon vettek részt. Megosztották egymással személyes lelki és pasztorációs tapasztalataikat. Egy napon jó és bensőséges közösség alakult ki a program végére.

Egy misszionárius tanítványnak a szív megtérésére van szüksége. Mondhatjuk úgy is. Hogy nyitottságra a Lélek vezetésére. Ez fogalmazódott meg bennem a négy hónap gyümölcseként. Az utolsó napon csoportos



megosztásban ezekkel a szavakkal búcsúztam: „éhesen érkeztem és jóllakottan távozom.” - utalva a csodálatos kenyérszaporítás történetére.

Mielőtt Chicagóban beköszöntött volna az extrém tél, amikor mínusz 40. fokot mérnek a városba, délre utaztam Bay Saint Louisba, ahol januárban részt vettem egy 30 napos szent ignáci lelkigyakorlaton 7 verbita noviciátussal együtt. Ez volt a megújulási évem csúcspontja, mert a harminc napot végig csendben töltöttem. Újra megéltem és megtapasztaltam, hogy milyen nagyon szeret engem az Isten, és mennyire irgalmas hozzám.

A márciust egy nemzetközi verbita plébánián töltöttem Wheeling városában. Chicagó mellett. Ezen a plébánián három nagy közösség van.

Lengyel ajkú, egy spanyol ajkú és a helybeliek csoportja. Jó volt bekapcsolódni ennek az élő és összetartozó plébániának a működésébe. Öröm volt látni, hogy a verbita lelkiség alapja, hogy nemzetközi közösségben élünk. Itt a különböző nemzetek lelkiségi hagyományai szépen megférnek egymás mellett. Sőt gazdagítják egymást. A templom egyik kis kápolnájában állandó szentségimádás van. A közösségnek ez az összetartó ereje és minden erőforrásuk ebből fakad. Itt újra találkoztam régi osztálytársaimmal, barátaimmal, ismerőseimmel. Sokat beszélgettünk, nagyon örültünk, hogy ennyi idő után ismét láttuk egymást. Sok erőt merítettünk ezekből a találkozásokból.

Utam elején sokat töprengtem azon miért Chicagót választottam a megújulás helyszínéül. Mehettém volna számos más helyre is. Amikor a program véget ért, minden résztvevőnek választani kellett egy szimbólumot, ami kifejezi mit jelentett számára a szabbatikum. Én a missziós keresztet választottam, amit az örök fogadalom után kapott minden verbita. Én a missziós keresztet Chicagóban kaptam, ahol örök fogadalmat tettem 14 évvel ezelőtt, és ahol papá szenteltek 13 éve. A keresztem a chicagói oltárkereszt másolata. Erre rátekintve éreztem az Úr útját, hogy miért vezetett vissza oda, ahonnan elindultam a missziós utamra, Magyarországra. Mert ha valóban töltekezni akarok, akkor a forráshoz kell visszatérni. Oda ahonnan a „vándor” elindult. Ott találkozik újra a döntéssel, ami elindította. Ott szembesül újra az igennel, ami Krisztushoz kapcsolta és ez a találkozás adja meg a teljes erőt ahhoz, hogy hazatérjen a missziójába.

Erősen hiszem, hogy a megújulás vágya szívünk mélyébe gyökerezik. Onnan kell kiindulnia. Merjünk hallgatni a szívünkre és akkor újra és újra meghalljuk ezt a vágyat.

Testvér! Te is merj hallgatni a szívedre!

**Sok szeretettel Soós János plébános**

## Katolikus Karitasz helyi hírei



Lak6 Karitasz országos pályázatán még a nyáron nyertünk egy nagyobb összeget, melyből sikerült egy fürdőszobát felújítani.

Egyházközség kapott több kardon üdítőitalt, amit szétszortottunk a vasárnapi szentmise után, illetve a gyerekek is kaptak belőle.

November elején érkezett 20 segélycsomag a budapesti központból, amit a helyi szervek segítségével sikerült kiosztani a rászorulóknak részére. Ezúton is köszönjük az együttműködést.

November 22.-én Szent Erzsébet kenyere gyűjtést rendeztünk. A kenyereket a templom előtti kosárban lehetett elhelyezni 19kg gyűlt össze, amit délután önkéntes, majd másnap a tanyagondnokok segítségével kiosztásra kerültek.

Ismeretes, hogy a szent sokat járt a szegényekhez, egy alkalommal feltartoztatta a férje, és tudakolta tőle, mi van a kötényébe. Ám Erzsébet nem mondta meg, hogy kenyeret visz a szegényeknek. Akkor a férje erővel kitépte azt a kezéből, és rózsák hullottak le a földre. Minden évben az országos Karitást gyűjtést szervez a szegények javára, idén először Forráskúton is.

Mindenkinek megköszönjük az idei évi segítségét!

Áldott szép adventi készüléket, és szeretetben teljes ünnepeket kívánunk.

### Forráskúti karitasz csoport

#### FELHÍVÁS

#### Kedves Forráskútiak!

A Magyar Vöröskereszt Kistelek-Mórahalom Kistérségi Szervezete tartósélelmiszer gyűjtést szervez 2020. december 17-én a Forráskúti CBA-ban!

Kérjük, ha teheti, segítse munkánkat liszt, cukor, tészta, étolaj, szaloncukor, illetve higiéniai szerek felajánlásával! Tegyen egy termékkel többet a kosárba és gondoljon azokra, akik nem tudnak az ünnepekre bevásárolni! Ne hagyjuk, hogy bárki is éhezzen!!

Ha úgy gondolja, hogy segíteni szeretne, keressen bizalommal bármikor a 0670-933-8267-es telefonszámon, vagy az [etus.sarkozine@voroskereszt.hu](mailto:etus.sarkozine@voroskereszt.hu) e-mail címen.

Az összegyűjtött adományokat a Forráskúton nehéz körülmények között élők kapják!

Köszönettel: Sárköziné Sólyom Etelka Csongrád Megyei Véradószervező Koordinátor



## A Borostyán étterem karácsonyi ajánlata

### **Karácsonyi vegyes tál 2 személyre** **5.500,- Ft**

Pontytepertő lilahagymával

Fűszeres sajtkrémmel töltött sertéskaraj rántva

Csirkemell csíkok párizsi bundában, fokhagymás mártogatóssal

**Köret:** párolt zöldség, steakburgonya

### **Karácsonyi szárnyas tál 2 személyre** **5.500,- Ft**

Kacsacomb roston sütvé

Csirkemell Kijevi módra

Csirkemell csíkok szezámmagos bundában, csípős mártogatóssal

**Köret:** Almás párolt káposzta, burgonyapüré

### **Karácsonyi vegetáriánus tál 2 személyre** **3.500,- Ft**

Rántott gomba

Rántott zeller

Rántott karfiol

**Köret:** Rizibizi, tartármártás

### **Csülök tál 3 személyre, Lyoni hagymával** **4.800,- Ft**

**Köret:** steakburgonya, párolt káposzta

**Ponty hallé** (20 dkg hal, 8 dl lé) **1.800,- Ft**

**Rántott pontyfilé** **1.600,- Ft + köret**

**Roston pontyfilé** **1.600,- Ft + köret**

**Francia saláta** **2.000,- Ft/kg**

**Burgonya saláta** **2.000,- Ft/kg**

**Görög saláta** **2.000,- Ft/kg**

**Az ajánlaton kívül igény szerint az étlapról is lehet rendelni.**

**Az előrendeléseket 2020. december 20-ig kérjük leadni telefonon vagy személyesen,**

**az ételek kiadása december 24-én 14 óráig.**

**Telefonszám: 62/287-118 vagy 70/376-7407**





## Anyakönyvi hírek

### Gölyahír

Marancsik Ferencnek és Bagó Tímeának

**Viktória Szilvia**

Rácz Norbertnek és Bárkányi Mónikának

**Bíborka**

nevű gyermeke született. **Gratulálunk!**

### Halálozás

Özvegy Maróti Dávidné Dudás Julianna

(élt 85 évet)

Hozzá tartozóik fogadják részvétünket!

Köszönöm szépen az előző havi Hírmondóban munkám elismerését.

Czékus Panni néni temetőgondnok

Eladó lakóingatlant keresünk Forráskút belterületén 9-10millió forint értékben.  
Tel.: 0670/3122-099

### Gépi Földmunka

Tuskó szedés

Gépi rakodás

Tereprendezés

Víz gáz villany vezetékek  
nyomvonalainak ásása!

Rövid határidővel, számlával!

Masa Szabolcs

06703953807

## VÉRADÁS



**Minden csepp számít**

FORRÁSKÚTON  
a Jerney János Művelődési Házban  
2021. január 28-án.  
10-13 óráig

CSONGRÁD MEGYEI



**KEGYELETI KFT**

**FORRÁSKÚTON!**

❖ Teljes körű temetési szolgáltatás,  
hétfőtől vasárnapig, 0-24 óráig.

❖ Állandó elérhetőségünk  
06 30/447 28 66

**Vass József**

Forráskút, Csongrádi u. 20.

Tel: 62/287-132

Mobil: 06 30/447-2866

Halottszállítási ügyelet:

Szeged – Kiskundorozsma

06 30/565-8381, vagy 06-30/565-8378



*Hit*

*Béke*

*Szeretet*

*Meghittség*

*Önzetlenség*

*JÓSÁG Várakozás*

*Otthon CSALÁD Öröm*

*MEGLEPETÉS Csoda*

*Hála*

**Áldott, békés ünnepeket kívánunk**

**minden kedves Olvasónknak!**

*h  
í  
forrás*



### Hétfélig állatorvosi ügyelet

December 19-én és 20-án 8 és 20 óra között  
 Dr. Kovács Tibor Telefon: 0630/965-3114  
 December 24-én és 25-én 8 és 20 óra között  
 Dr. Papp Sándor Telefon: 0630/487-9805  
 December 26-án és 27-én 8 és 20 óra között  
 Dr. Szőke Csaba Telefon: 0630/324-5032  
 December 31-én és  
 Január 1-én, 2-án és 3-án 8 és 20 óra között  
 Dr. Hursán Mihály Telefon: 0630/998-6139

### Orvosi ügyelet

**Forráskúton az Orvosi Rendelőben  
 8 – 12 óráig tart a rendelés.**



A betegek bejelentkezésére 11.30-ig van lehetőség.

12 – 16 óráig **rendelkezésre állási idő.**

A SÜRGŐSSÉGI ELLÁTÁS természetesen folyamatos a forráskúti rendelőben 7.30 – 16 óra között, ezen kívüli időben (hétköznap délután

16 órától reggel 7.30 óráig, illetve hétfélig)

**HÍVJÁK a Szegedi Központi Háziorvosi  
 ügyeletet a 104 –ES KÖZPONTI MENTŐ  
 SEGÉLYHÍVÓN!!!**

### Borostyán étterem

Forráskút, Petőfi S. u. 3/a.  
 Tel.: 62/287-118  
 www.borostyanetterem.net



Aktuális információkért kövessék az étterem honlapját, vagy facebook oldalát:

**Facebook/Borostyán Étterem és Szállás  
 Forráskút**

**Erzsébet utalványt és  
 SZÉP Kártyát is elfogadunk!**

### **Dobó Zoltán Autószerelő és vizsgabiztos**

**Vállalja:** - személy- és kistehergépjárművek  
 javítása, vizsgára való felkészítése és  
 vizsgáztatása  
 - gumibroncsok árusítása  
 - motorolajok értékesítése  
 - gépjárművek diagnosztikája  
 - gépjárművek okmányirodai ügyintézése

**mobil: 06-30/264-6476**

**e-mail: doboszaki@freemail.hu**

**6793 Forráskút, Széchenyi u. 4.**

**Nyitvatartás: minden nap 8-17-ig**



### **KÖZÉRDEKŰ TELEFONSZÁMOK ÉS E-MAIL CÍMEK:**

**Polgármesteri Hivatal** 06 62/287-222  
 fax: 06 62/287-323  
 06 70/489 5655

**e-mail: [hivatal@forraskut.hu](mailto:hivatal@forraskut.hu)**

**Fodor Imre polgármester** 06 70/38 28 031

**e-mail: [polgarmester@forraskut.hu](mailto:polgarmester@forraskut.hu)**

**Általános Iskola** 06 62/587-140  
 tel/fax: 587-141  
 06 30/740-3213

**e-mail: [iskola@forraskut.hu](mailto:iskola@forraskut.hu)**

**Margarét Óvoda és Bölcsőde**

- Óvodai intézményegység 06 62/287-123  
 06 70/489-5646

**e-mail: [ovoda@forraskut.hu](mailto:ovoda@forraskut.hu)**

- Bölcsődei intézményegység 06 70/705-2371

**e-mail: [bolcsode@forraskut.hu](mailto:bolcsode@forraskut.hu)**

**Művelődési Ház** tel./fax: 06 62/287-023

**e-mail: [muvhaz@forraskut.hu](mailto:muvhaz@forraskut.hu)**

**Orvosi Rendelő** 06 62/287-034

**Tanácsadó** 06 62/287-066

**Fogorvosi Rendelő** 06 62/287-112

**Gyógyszertár** 06 62/287-002

**e-mail: [dr.cseh.gy@gmail.com](mailto:dr.cseh.gy@gmail.com)**

**Négyforrás Nonprofit Kft.** 06 70/489-5656

**e-mail: [negyforraskft@forraskut.hu](mailto:negyforraskft@forraskut.hu)**

**FBH NP Kft.** 06 79/524-821

**Borostyán Étterem** 06 62/287-118

**Alföldvíz Zrt. Ügyfélszolgálat:** 06 40/922-334

**Műszaki hibabejelentés:** 06 80/922-333

**Szennyvízrákötés bejelentése:** 06-30/496-2450

**Posta Forráskút** 06 62/287-001

**Kormányablak Üllés** 06 62/681-370

**Körzetben szolgálatban lévő rendőr, 0-24  
 órában hívható** 06 20/232-6655

**ÁLTALÁNOS SEGÉLYHÍVÓ:** 112

**ORVOSI KÖZPONTI ÜGYELET:** 104

**Szegedi ügyelet (Kossuth L. sgt. 15-17.)**

**Tel.: 06 62/433-104**

### hír-Forrás Forráskút község lapja

Felelős kiadó: Forráskút Község Önkormányzata

Címe: 6793 Forráskút, Fő u. 74.

Kiadásért felelős: Fodor Imre

Szerkesztésért felelős: Dr. Kapás Anita

Sajtótermék nyilvántartási száma: 726939

Kapcsolat: Jerney János Művelődési Ház

Cím: 6793 Forráskút, Petőfi S. u. 3.

Telefon/fax: 62/287-023

E-mail: [muvhaz@forraskut.hu](mailto:muvhaz@forraskut.hu)

Megjelenés: havonta 900 példányban

Megjelent: 2020.12.14. Következő lapzárta január 4.

Az újság minden háztartás számára ingyenes.