

REKORDER PÁSZTOR BÉLA



**Magyar Rekorder címet vehetett át a Városünnepen több évtizedes városvezetéséért
Pásztor Béla, Veresegyház korábbi polgármestere**

Képes beszámolóink a Városünnepről a 3-5. oldalon • Fotó: Hollai Gábor

ÖSSZMŰVÉSZETI ALKOTÓTÁBOR

Veresegyház

Helyi alkotók vezetésével
barangolunk a képzőművészet,
az iparművészet,
és a népművészet világában.
Autentikus környezetben,
naponta háromszori étkezéssel,
10 éves kortól
várunk szeretettel mindenkit.

AUGUSZTUS 3-7.

🕒 08.00 – 16.00

📍 TÁJHÁZ, MŰVÉSZUDVAR

☎ +36 30 428 4824

✉ jelentkezés.vmmk@gmail.com
Jelentkezési határidő: július 20.

50.000
Ft/fő



VERESIKRONIKA

XIX/7. szám

Következő lapzártá:
2026. 07. 25.

Kiadó: Veresegyház Város Önkormányzata (2112 Veresegyház, Fő út 35.) • Kiadásért felelős: CSERHÁTI FERENC polgármester
Szerkesztőség: 2112 Veresegyház, Fő út 35. • www.veresegyhaz.hu • www.facebook.com/veresegyhaz.varos.hivatalos.oldala
Szerkesztésért felelős: KOVÁCS PÉTER főszerkesztő • Telefon: 30 9304 831 • E-mail: veresikronika@veresegyhaz.hu
Kultúra: RIMAI S. ÉVA rovatvezető • Sport: BARANYÓ CSABA rovatvezető • Munkatársak: GYÓRY RITA, HOLLAI GÁBOR,
DR. MOHAI IMRE, SZABÓNÉ VANK ERZSÉBET, SZÉNÁS ZSOLTNÉ, VERÉB JÓZSEF, VIGH MERCÉDESZ
Nyomda: PAUKER Holding Kft. • ISSN 2060-0135 • Megjelenik minden hónap közepén 8200 példányban

Pásztor Béla, a magyar rekorder



Pásztor Béla 1965-2023-ig, 58 éven át vezette Veregyház települést, előbb tanácselnökként, majd polgármesterként, szegény faluból virágzó várost építve. Régóta foglalkoztatta városunk lakosságát, hogy ez a páratlanul hosszú idő világviszonylatban mennyire egyedülálló? A Veresi Krónika kiderítette, hogy a leghosszabb ideig hivatalban lévő francia és egyben világrekorder polgármester Charles Edmond Mathis (gyakran csak Edmond Mathis néven ismert). Ő az apró franciaországi falu, Éhuns (Haute-Saône megye) első embere volt lenyűgöző 75 éven keresztül, 1878-tól egészen 1953-ban bekövetkezett haláláig.

Mindez még különlegesebbé teszi Pásztor Béla pályafutását, aki a maga több mint félévszázados pályafutásával is bőven magyar rekorder. Szőke Sarolta tanárnő kezdeményezésére ezt ismerte el hivatalos formában a Magyar Rekord Egyesület, az erről szóló oklevelet az örökös polgármester a Városünnep keretében vehette át Sebestyén Istvántól, az egyesület elnökétől. Előbb egy szűk körű fogadáson a Gigerli Étteremben gratuláltak a hozzá közel álló családtagok, régi munkatársak és barátok, majd a Városünnep nagyszínpadán Cserháti Ferenc veregyházi, Ingo Seifert Schneeberg testvérvárosi polgármestere, valamint Szőke Sarolta és Sebestyén István köszöntötte.

Az igazi elismerést azonban, ahogy az 58 évnyi vezetés alatt is, a Caramel koncertre várakozó több ezer tömeg óriási elismerő vastapsa jelentette számára.

Kovács Péter

KIS BUDDHA TÁBOR

2026.08.10-14.
DÉLELŐTTÖNKÉNT 8-12H
8-13 ÉVESEKNEK

- meditációs játékok
- buddhista társasjátékok
- gyerekjoga
- kreatívkodás, mandala festés
- buddhista mesék
- hangtálak
- korlátlan házi limonádé+szendvics

BOHÓ KERT VEREESEGYHÁZ, FŐ ÚT 34.
A TÁBOR SZERVEZŐJE:
POTYONDINÉ PÁSZTOR ILDIKÓ
BUDDHISTA HITOKTATÓ
JELENTKEZÉS: PASZTOR.ILDA@GMAIL.COM
BŐVEBB INFORMÁCIÓ: FACEBOOK MESE-TÁR
TÁBOR DÍJA: 35.000 FT/HÉT

MEGHÍVÓ

A Veregyházi Helytörténeti Gyűjtemény szeretettel meghívja Önt és kedves családját a
Templomkert Galéria legújabb megnyitójára

AKIK NYOMOT HAGYTAK

Városi arcképcsarnok

2026. augusztus 19. (szerda), 18:00 óra
Szent Erzsébet-templom parkja
A kiállítást megnyitja Cserháti Ferenc polgármester.

Az esemény sajtónyilvános. Kép- és hangfelvétel készíthet.

VÁROSÜNNEP 2026.

JÚNIUS 26–27.

Ilyen volt a Városünnep



Június 26-án került leleplezésre a Hangszerek fája szobor



Az extrém hőségben csupán a habágyú nyújtott némi felfrissülést



Baranyai János Vasútbarát és Modellező Klub kiállítása a Mézesvölgy Iskolában



Vetítésre került a Hogyan tudnék élni nélküled című film



Nagy sikert aratott a Szerelemvonat – Demjén Tribute Zenekar



Az önkormányzati sátorban a testvértelepülésekről érkezők fogadására készültek



A Masni és Pocó produkció énekesnője, Mihály Réka, Szilner Olivér bábművésszel



Fotók: Márkus Judit és Hollai Gábor



Pásztor Béla Rekorder Polgármester címet vehetett át Sebestyén Istvántól, a Magyar Rekord Egyesület elnökétől



Testvértelepülésünk, Schneeberg polgármestere, Ingo Seifert is köszöntötte az egykori polgármestert



A Batty Színház Bodza és a tölgyfa meséjével érkezett



Szakmáry Sándor vívóedző a Tréfás Családi Tízpróba Szurkapiszka állomásán



Molnár Ferenc Caramel volt az idei Városünnep sztárvendége



VÁCI MIHÁLY
MŰVELŐDÉSI KÖZPONT

TÁMOGATÓINK

- Bajvívó Magyarok Hagyományörző és Sport Egyesület • Baranyai János Vasútbarát és Modellező Klub • Dekorklinika
- East Line Air Team • Ezerkincs Táncsoport • Fábíán Gábor (Haldorádó Étterem) • Gramex 2000 Kft. • Kéz A Kézben Óvoda
- Meseliget Városi Önkormányzati Bölcsőde • Pacsirta Klub • Smaragd SE – Veresegyházi Kutyaiskola • Támaszpont MOPKA
- Városi Sportkör Vívó Szakosztály • Veresegyház Katonai Hagyományörző Egyesület • Veresegyház Önkormányzati Rendészeti
- Veresegyház Város Önkormányzata • Veresegyházi Életfa Waldorf Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola
- Veresegyházi Medveotthon • Veresegyházi Önkéntes Tűzoltó Egyesület • Veresegyházi Polgárőr Egyesület • Veresegyházi Rendőrőrs
- Veresegyházi Városgazda Kft. • Veresi Paradicsom Kft. • Veresi Szóda • Viktória Bisztró • Virág Izabella vállalkozó

Tájékoztató a közösségi együttélés szabályairól szóló önkormányzati rendelet változásairól

A Pest Vármegyei Kormányhivatal Törvényességi Felügyeleti Főosztálya a közösségi együttélést szabályozó önkormányzati rendeletek törvényességi felügyeleti eljárásban lefolytatott vizsgálatának eredményeként szakmai álláspontjáról tájékoztatta Pest Vármegye valamennyi jegyzőjét.

A kormányhivatali megkeresés alapján felülvizsgálatra került a hatályos közösségi együttélést szabályozó önkormányzati rendelet. A felülvizsgálat eredményeként Veresegyház Város Önkormányzatának Képviselő-testülete egyhangú döntéssel új rendeletet alkotott e tárgyban.

A 2026. augusztus 1. napjától hatályos rendelet tartalmazza a helyi szabályszerűségeket. A rendelet szövegezése egyértelmű, az abban foglaltak betartása minden Veresegyház városában tartózkodó állampolgár számára kötelező. Ennek elmulasztása, megszegése esetén közigazgatási eljárás lefolytatására a jegyző jogosult, míg az egyes tényállások esetén közigazgatási helyszíni bírság kiszabására a közterület-felügyelő.

Kifejezetten ilyen tényállások:

- Veresegyház város címerének, logójának, zászlajának, szlogenjének engedély nélküli vagy engedélytől eltérő használata,
- házsámtábla kihelyezésének, megrongálódása esetén cseréjének kötelezettség nem teljesítése, vagy a kihelyezett házsámtábla láthatóságnak nem teljesítése,
- alkalmi rendezvények, magánszemélyek tevékenységeinek, különleges zajkeltési szabályainak megszegése,
- közútkezelői hozzájáruláshoz kötött tevékenység engedély nélküli vagy engedélytől eltérő végzése,
- házaló kereskedelmi tevékenység végzése,
- közterületen üzletszerűen végzett jármű szerelés, takarítás, karbantartás,
- ingatlan előtti terület tisztításának, hó- és síkosságmentesítésének elmulasztása.

A rendeletben megjelölt tényállások ellenőrzésére jogosult az Önkormányzati Rendészet munkatársa, vagy a Polgármesteri Hivatal ezzel megbízott ügyintézője. A helyi szabályszerűség észlelése során lehetőség van figyelmeztetésre. Amennyiben a figyelmeztetés hatására a helyi szabályszerűsége megszüntetik, abban az esetben bírság kiszabására nem kerül sor. A figyelmeztetést figyelmen kívül hagyó szabályszerűségeivel szemben a helyszíni bírság legnagyobb összege 500 000 forint, a közigazgatási bírság végső összege 2 000 000 forint is lehet.

Helyi szabályszerűségeikkel összefüggésben több helyi rendelet módosítása is megtörtént, amelyek közül ki kell emelni a közterület-használat rendjével összefüggő, Veresegyház Város Önkormányzata Képviselő-testületének a közterületek hasz-

nálatáról szóló 17/2022. (IX. 30.) önkormányzati rendeletét.

A rendelet 2026. augusztus 1. napjától érvénybe lépő módosításainak értelmében a rendelet direkt szabályozásában szabályszerűségnek minősülnek:

- A közterület rendeltetésétől eltérő módon történő használatának engedély nélküli, vagy engedélytől eltérő használata, melyeket a rendelet részletesen leír, pl.:
 - filmforgatás,
 - építési konténer, építőanyag közterületen tárolása,
 - közterületen zöldség, gyümölcs árusítása,
 - forgalomképtelen jármű közterületen 10 napot meghaladó tárolása,
 - közterületen jármű és gyalogos közlekedést akadályozó tárgyak elhelyezése közvetlen az út mentén,
 - ültetvényszerű fásítás,
 - közterületi játszóterek használati rendjének megsértése.

A felsoroltakon kívül a rendelet tartalmazza a közterületen alkoholtartalmú ital fogyasztásának tilalmát. Speciális szabályozás miatt a tényállás nem közigazgatási szabályszerűségnek minősül, annak bírságolására a szabálysértési törvény szabályai szerint van lehetőség.

A jogszabályokban szereplő tényállási elemek megalkotásakor maximálisan figyelembe vételre kerültek a jogforrások hierarchiában magasabb szinten lévő tényállási elemek. Ennek következtében egyes tényállások kettős szabályozását elkerülve, nem helyi rendeletben szereplő tényállások:

- közterületen eb pórázon sétáltatása,
- ingatlan elhanyagolt állapota,
- szennyvíz közterületre vezetése,
- rovar- és rágcsálómentesítés kötelezettsége,
- hulladékgazdálkodás,
- gyomnövényre, allergén növényre vonatkozó kötelezettségek.

A magasabb szintű jogszabályokban szereplő tényállások esetén különböző eljárások, más-más hatóságokhoz tartoznak. Ezekben az esetekben az eljárás kezdeményezésére, továbbá az illetékes hatóság felé küldésére van lehetősége a Polgármesteri Hivatalnak. Az eljárás lefolytatásának, a jogsértést elkövető felszólításának, felelősségre vonásának lehetősége az eljárásra hatáskörrel és illetékességgel rendelkező hatóságnak van.

A közösségi együttélés alapvető szabályairól és ezek elmulasztásának jogkövetkezményeiről szóló 11/2026. (VI. 17.) önkormányzati rendelet

<https://njt.jog.gov.hu/jogszabaly/2026-11-SP-5Y481>

Egyes önkormányzati rendelet módosításáról szóló 12/2026. (VI. 17.) önkormányzati rendelet

<https://njt.jog.gov.hu/jogszabaly/2026-12-SP-5Y481>

Műfüves focipályák és egyéb sportlétesítmények használata Veresegyházon

A veresegyházi sportlétesítmények használatára az alábbi lehetőségek állnak rendelkezésre.

Kucsa Tamás Városi Sportcsarnok mögötti pálya

- Ingyenesen, szabadon használható a hét minden napján.
- 20×40 méteres, műanyag borítású pálya.
- Hétköznap és hétvégén egyaránt a lakosság rendelkezésére áll.
- Automata világítással rendelkezik, amely 50, 100 és 200 forintos érmékkel működik.
- A világítás használatával kapcsolatos igényüket kérjük, a sportcsarnok recepcióján jelezzék.

Csokonai úti sporttelep

- A bérleti lehetőségekről és az aktuális szabad időpontokról minden esetben előzetesen érdeklődjének a 06 20 465 5199 telefonszámon.
- A bejárat kapu mellett, balra található 2. számú műfüves kispálya hétköznapokon 15:00–17:00 között ingyenesen használható a városi lakosság számára.

Táborok és felkészülések idején a pálya 10:00–15:00 között vehető igénybe.

- Hétköznapokon 19:00–21:00 között a 2. számú, illetve időszakonként az 1. számú (jégpálya előtti) műfüves kispálya is bérelhető, előzetes foglalás alapján.

Ingyenesen használható egyéb sportlétesítmények

A Kucsa Tamás Városi Sportcsarnok területén:

- triálpálya, görpark, pumpapálya,
- kosárlabdapálya, strandröplabda-pálya.

A Veresegyházi Termálfürdő mellett:

- strandröplabda-pálya.

A Medvefarm felé vezető úton:

- pingpongterem, amely előzetes foglalással vehető igénybe a qr kód segítségével.

Kérjük, hogy valamennyi sportlétesítmény használata során tartsák be a házirendet és a használati szabályokat. A nem rendeltetésszerű használatból eredő károkért a használók teljes anyagi felelősséggel tartoznak.



Hűsölési lehetőség a Polgármesteri Hivatalban

A nyári hónapokban időről időre előfordulnak olyan meleg napok, amikor különösen fontos, hogy gondoskodjunk a megfelelő folyadékbevitelről és keressük a hűvösebb, árnyékos vagy klimatizált helyeket.

Veresegyház Polgármesteri Hivatala nyitvatartási időben szeretettel várja mindazokat, akik egy rövid időre szeretnének megpihenni, felfrissülni vagy lehűlni. A hivatal épületében lehetőség van arra, hogy betérjenek egy pohár hideg ivóvízre és néhány perc hűs pihenésre.

Arra biztatunk mindenkit, hogy a nyári melegben figyeljen oda saját egészségére és embertársaira is, különösen az idősekre, a kisgyermekekre és azokra, akiket a magas hőmérséklet fokozottan megvisel.

Ha szükségét érzi egy kis felfrissülésnek, forduljanak hozzánk bizalommal – a Polgármesteri Hivatal ajtaja nyitva áll Önök előtt.



FRISSÜLJÖN FEL!
VÁRJUK A HŰVÖSBEN
EGY POHÁR VÍZRE!

Hivatalunkban a nagy melegre való tekintettel várjuk a hűsölni vágyókat



Pihenjen meg egy kicsit a hűvösben!



Fogyasszon el egy hideg pohár vizet!



Vigyázzunk egymásra a nagy melegben!



Veresegyház Város Önkormányzata Képviselő-testületének 2026. június havi határozatai



Veresegyház Város Önkormányzat
Képviselő-testületének
2026. június 17-én megtartott
rendes zárt ülésének határozatai

150/2026. (VI.17.) határozat

Meseliget Városi Önkormányzati Bölcsőde intézményvezetői pályázatának eredménytelenné nyilvánítása, intézményvezetői megbízás

151/2026. (VI.17.) határozat

Váci Mihály Művelődési Központ intézményvezetői pályázatának eredménytelenné nyilvánítása

152/2026. (VI.17.) határozat

2026. augusztus 20-i ünnepségen átadásra kerülő kitüntetések odaítélése



Veresegyház Város Önkormányzat
Képviselő-testületének
2026. június 17-én megtartott
rendes nyílt ülésének határozata

153/2026. (VI.17.) határozat

Beszámoló Veresegyház város 2025. évi közbiztonsági helyzetéről

154/2026. (VI.17.) határozat

Váci Mihály Művelődési Központ intézményvezetői pályázatának ismertetel kiírása

155/2026. (VI.17.) határozat

Tájékoztatás a településrendezési eszközök módosításának folyamatáról

156/2026. (VI.17.) határozat

Közbenső döntés I. meghozatala, Veresegyház város település szerkezeti tervének, helyi építési szabályzatának és szabályozási tervének teljes eljárásban történő módosításához

157/2026. (VI.17.) határozat

Közbenső döntés I. meghozatala, Veresegyház város település szerkezeti tervének, helyi építési szabályzatának és szabályozási tervének teljes eljárásban történő módosításához - környezeti vizsgálat készítésének szükségessége

158/2026. (VI.17.) határozat

Közbenső döntés II. meghozatala, Veresegyház város település szerkezeti tervének, helyi építési szabályzatának és szabályozási tervének teljes eljárásban történő módosításához

159/2026. (VI.17.) határozat

Veresegyház Város Önkormányzata és a MaciZoo Kft. közötti bérleti szerződés módosítása

160/2026. (VI.17.) határozat

Javaslat a Veresegyházi Városgazda Kft. felügyelőbizottsága elnöke lemondásának elfogadásáról

161/2026. (VI.17.) határozat

Javaslat a Veresegyházi Városgazda Kft. felügyelőbizottsága elnöke megválasztásáról

162/2026. (VI.17.) határozat

Javaslat a Veresegyházi Városgazda Kft. felügyelőbizottsága elnöke megválasztásáról - alapító okirat módosításának elfogadása

163/2026. (VI.17.) határozat

Javaslat a Veresegyházi Városgazda Kft. felügyelőbizottsága elnöke megválasztásáról - alapító okirat aláírása, eljáró ügyvéd meghatalmazása

164/2026. (VI.17.) határozat

Javaslat a MaciZoo Kft. felügyelőbizottsága elnökének visszahívásáról

165/2026. (VI.17.) határozat

Javaslat a MaciZoo Kft. felügyelőbizottsága elnöke megválasztásáról

166/2026. (VI.17.) határozat

Javaslat a MaciZoo Kft. felügyelőbizottsága elnöke megválasztásáról - alapító okirat módosításának elfogadása

167/2026. (VI.17.) határozat

Javaslat a MaciZoo Kft. felügyelőbizottsága elnöke megválasztásáról - alapító okirat aláírása, eljáró ügyvéd meghatalmazása

168/2026. (VI.17.) határozat

Medveotthon és a Veresegyházi Medveotthon Fejlesztéséért Közhatalmú Alapítvány 2025. évi működéséről szóló beszámoló elfogadása

169/2026. (VI.17.) határozat

Kéz a Kézben Óvoda maximális csoportlétszámtól való eltérésének engedélyezése a 2026/2027. nevelési évre

170/2026. (VI.17.) határozat

Veresegyház és Környéke Szennyvízkezelő Társulás 2025. évi költségvetési beszámolója

171/2026. (VI.17.) határozat

Alpolgármesterek illetményének, tiszteletdíjának és költségterítésének megállapítása

172/2026. (VI.17.) határozat

Helyi sajtóombudsman tisztség további fenntartása

173/2026. (VI.17.) határozat

Hozzájárulás beépítési kötelezettség, elidegenítési és terhelési tilalom törléséhez a Veresegyház 5781/24 hrsz-ú ingatlan tekintetében

A mellékelt QR-kód segítségével online is olvashatják a határozatokat. • www.veresegyhaz.hu

Tisztelt Lakosok!

Tájékoztatjuk Önöket, hogy Veresegyház Város Önkormányzatának Képviselő-testülete a 14/2026.(I.14.) Kt. határozatával a Veresegyházi Polgármesteri Hivatalban

2026. július 27. napjától (hétfőtől) 2026. augusztus 8. napjáig (szombatig)

NYÁRI IGAZGATÁSI SZÜNETET

rendelt el.

Az igazgatási szünet ideje alatt a zavartalan ügymenet és a feladatellátás ügyelettel biztosított.

FELHÍVÁS

Segítünk, hogy sportolhass! 2026/2027

Veresegyház Város Önkormányzatának

Szociális, Egészségügyi és Sport Bizottsága

**pályázatot hirdet a 2026/2027. tanév I. félévére
a veresegyházi fiatal sportolók támogatására**

A pályázat célja többek között:

- sportfelszerelések és sporteszközök beszerzésének támogatása,
- egyesületi tagdíjak finanszírozása,
- edzőtáborok költségeihez való hozzájárulás,
- a rendszeresen sportoló, szociálisan rászoruló gyermekek támogatása.

Pályázatot nyújthatnak be:

- veresegyházi lakóhellyel rendelkező,
- szabadidős vagy egyesületi sporttevékenységet folytató
- általános iskolás, illetve nappali tagozaton tanuló középiskolás diákok.

A támogatás vissza nem térítendő, utófinanszírozási formában igényelhető.

A rendelkezésre álló keretösszeg: 755 000 Ft.

Pályázati feltételek:

- rendszeres edzéstátogatás és példamutató szorgalom,
- szociális rászorultság,
- a korábban kapott támogatások szabályszerű elszámolása.

Benyújtandó dokumentumok:

- pályázati adatlap edzői javaslattal,
- a háztartásban élők lakcímkártyájának másolata,
- jövedelemigazolások,
- testvérek diákigazolványának másolata.

**Pályázati benyújtási határideje:
2026. szeptember 7. 12.00 óra**

A pályázati adatlap elérhető a Polgármesteri Hivatal ügyfélszolgálatán,
illetve a Veresegyház hivatalos honlapján:

veresegyhaz.hu – Aktuális pályázatok

A pályázatok elektronikus úton ügyfélkapun keresztül,
vagy papíralapon a Polgármesteri Hivatalban nyújthatók be.

További információ:

Holósi Ildikó – Polgármesteri Hivatal Igazgatási Osztály
E-mail: holosi.ildiko@veresegyhaz.hu • Telefon: 06 28 588 608



FELHÍVÁS

Segítünk, hogy tanulhass! 2026/2027

Veresegyház Város Önkormányzatának

Szociális, Egészségügyi és Sport Bizottsága

**pályázatot hirdet a 2026/2027. tanév I. félévére
a veresegyházi diákok tanulmányainak támogatására.**

A pályázat célja többek között:

- tanszerek és oktatáshoz szükséges eszközök beszerzésének támogatása,
- nyelvi képzések és fejlesztő foglalkozások finanszírozása,
- kurzusok és oktatáshoz kapcsolódó táborok költségeihez való hozzájárulás,
- a szociálisan rászoruló, jó tanulmányi eredményt elérő tanulók segítése.

Pályázatot nyújthatnak be:

- veresegyházi lakóhellyel rendelkező,
- általános iskolában vagy nappali tagozatos középiskolában tanuló diákok,
- akiknek a 2025/2026. tanév II. félévi tanulmányi átlaga legalább 4,00.

A támogatás vissza nem térítendő, utófinanszírozási formában igényelhető.

A rendelkezésre álló keretösszeg: 500 000 Ft.

Pályázati feltételek:

- szociális rászorultság,
- megfelelő tanulmányi eredmény,
- általános vagy nappali tagozatos középiskolai jogviszony.

Benyújtandó dokumentumok:

- pályázati adatlap,
- bizonyítvány másolata,
- a háztartásban élők lakcímkártyájának másolata,
- jövedelemigazolások,
- testvérek diákigazolványának másolata.

**Pályázati benyújtási határideje:
2026. szeptember 7. 12.00 óra**

A pályázati adatlap elérhető a Polgármesteri Hivatal ügyfélszolgálatán,
illetve a Veresegyház hivatalos honlapján:

veresegyhaz.hu – Aktuális pályázatok

A pályázatok elektronikus úton ügyfélkapun keresztül,
vagy papíralapon a Polgármesteri Hivatalban nyújthatók be.

További információ:

Holósi Ildikó – Polgármesteri Hivatal Igazgatási Osztály
E-mail: holosi.ildiko@veresegyhaz.hu • Telefon: 06 28 588 608



VERESI ISKOLAKEZDÉSI TÁMOGATÁS



Kedves Veresegyházi Szülők!

Veresegyház Város Önkormányzata 2026-ban az 1. osztályba lépő gyermekek részére egyszeri, 20 000 Ft értékű utalványt és tárgyi emléket ajándékozik. Az ajándécsomag minden, 2026. január 1. előtt létesített veresegyházi állandó lakcímmel rendelkező gyermek számára igényelhető.

A támogatásra 8 millió forintot különítettünk el a 2026. évi költségvetésben, így minden jogosult veresegyházi első osztályost támogatni tudunk.

Az iskolakezdési támogatási kérelem megtalálható a www.veresegyhaz.hu oldalon vagy a **Városháza recepcióján**. A kérelmet személyesen, papír alapon lehet benyújtani a Veresegyházi Polgármesteri Hivatal ügyfélszolgálatán **2026. július 5. és szeptember 18. között**. A határidő után beérkezett kérelmeket nem tudjuk elfogadni.

Ügyfélfogadási idő: hétfő: 9:00–12:00 és 13:00–17:30; kedd–csütörtök: 9:00–12:00 és 13:00–16:00; péntek: 9:00–12:00

Sok sikert és jó egészséget kívánunk minden leendő első osztályosnak és családjának!

Augusztusban érvényüket veszítik a régi, könyv formátumú személyazonosító igazolványok

A Belügyminisztérium (BM) felhívja az állampolgárok figyelmét, hogy az európai uniós szabályozással összhangban, 2026. augusztus 3-án végleg érvényüket veszítik a régi típusú, könyv formátumú, határidő nélkül érvényes személyazonosító igazolványok.

2026. augusztus 3. napjával a régi, könyv formátumú (papíralapú, akár puha- vagy keményfedeles) személyazonosító igazolványok érvényessége megszűnik. A lejárat ténye a hatósági nyilvántartásba hivatalból kerül bejegyzésre, így az érintett állampolgárok a változásról külön, személyre szabott értesítést nem kapnak.

A Belügyminisztérium javasolja az érintett állampolgároknak, hogy mielőbb ellenőrizzék okmányaikat.

Új okmány igénylése: azoknak a polgároknak, akik kizárólag a régi típusú személyi igazolvánnyal rendelkeznek, személyes eljárás keretében új, elektronikus személyazonosító igazolványt (eSzemélyi) kell igényelniük bármely kormányablakban.

Kivételek: amennyiben az érintett személy rendelkezik más, érvényes személyazonosságot igazoló hatósági igazolvánnyal – például kártyaformátumú vezetői engedéllyel vagy magánútlevelel –, úgy az új személyazonosító igazolvány kiváltása nem kötelező,



de a zökkenőmentes ügyintézés érdekében ajánlott. Díjmentesség: a 70. életévet betöltött polgár állandó személyazonosító igazolványának kiállítása díjmentesen történik.

Kérjük, orvosi igazolással rendelkező, személyes megjelenésükben egészségügyi okból akadályozott ügyfeleket, hogy legyenek szívesek az ezen a linken (www.kormanyhivatalok.hu/node/47532) megtalálható elérhetőségeken keresztül felvenni a kapcsolatot a lakóhelyük/tartózkodási helyük szerint illetékes kormányhivatallal. A kollégák segítenek megszervezni a mobil ügyintézését.

Kérjük a lakosságot, hogy a nyári időszakban megnövekedő ügyfélforgalomra tekintettel ne halasszák az utolsó pillanatra az okmánycserét, és gondoskodjanak időben az érvényes személyazonosító igazolvány beszerzéséről.

forrás: Belügyminisztérium

Önöknek építjük – Fejlesztések

KRESZ-park

Zajlik a KRESZ-park építése a Csonkási játszótér mellett! – A közösségi költségvetés egyik nyertes ötlete most válik valóra: hamarosan egy olyan KRESZ-park várja a gyerekeket, ahol játékos, élményszerű formában sajátíthatják el a biztonságos közlekedés alapjait. A kerékpározás, rollerezés és a közlekedési szabályok gyakorlása így egyszerre lesz hasznos és szórakoztató.



Járda

Folytatódik a Fő út gyalogosfelületeinek megújítása. Újabb járdaszakasz felújítása készült el a település egyik legforgalmasabb részén. A tavaly megújított, a Fabriczius József Általános Iskola és a buszmegálló környezetét érintő szakasz után most a kereszteződés túloldalán, egészen a Fő út 67. számig javítottuk a térkövezést. A fejlesztés nemcsak esztétikusabbá, hanem biztonságosabbá és kényelmesebbé is teszi a mindennapi közlekedést a gyalogosok számára.



Ivóutak

A közösségi költségvetés egy másik nyertes kezdeményezése is megvalósult: új ivóutak létesültek, illetve több meglévő is megújult Veresegyházon.

A nyári időszakban különösen fontos, hogy minél több helyen legyen lehetőség ivóvízhez jutni.

Az ivóutak az alábbi helyszíneken érhetők el:

- a vasútállomással szemben,
- az Ivacsi játszótéren,
- a kosárlabdapályánál,
- a Patak utca – Belső Tópart utca sarkán,
- a Fenyvesben.



Padok és szemetesek – kihelyezve! És még több is jön!

Városszerte megjelentek az új padok és szemetesek, amelyeket a lakossági igények alapján helyeztünk ki. A munka itt nem áll meg, folytatjuk a bővítést.

Többek között az alábbi helyszíneken kerültek ki új elemek, ahol valóban nagy szükség volt rájuk: Lisznyai Gábor Zeneiskola, Árnyas buszmegálló, Anonymus utcai buszmegálló, Csonkási Óvoda, Váci Mihály Művelődési Központ.

Célunk, hogy a város közterei még kényelmesebbek, élhetőbbek és rendezettebbek legyenek mindenki számára.



A hangszerek fája, ahol a zene és a képzőművészet találkozik a Göncz Árpád téren

2026. június 26-án szoboravatásra került sor a Göncz Árpád téren a színpad melletti kiskertben a városünnepi programok megnyitója keretében. A Hangszerek Fája Ilés-Muszka Rudolf szobrászművész alkotása, amely eredetileg 2025-ben a Szakcsi Lakatos Béla emlékére rendezett veresegyházi jazzfesztiválra készült, jelképezve a zene összetartó erejét és sokszínűségét. Szakcsi Lakatos Béla 2014-ben nyerte el a Nemzet Művésze címet rendkívüli improvizációs képessége, virtuóz játéktudása, művészet iránti elkötelezettsége, a jazz műfajának hazai és nemzetközi népszerűsítésében vállalt kivételes szerepe elismeréseként. 2022-ben a Petőfi Zenei Díj életmű díjában részesült.

2024-ben az MTVA online dzsesszrádiót indított, ami – az ő emlékére és tiszteletére – a Szakcsi Rádió nevet kapta. A szoboravatás előtt, amelyet a szobrászművésszel együtt leplezett le, Cserhádi Ferenc mondott beszédet.

2025. november 9-én Veresegyházon a Váci Mihály Művelődési Központban Szakcsi Jazz Emlékfeszt névű rendezvénnyel tisztelegtek a jazz-zongoraművész előtt, aki élete egy részét városunkban töltötte, amikor nem kötötte munka a fővároshoz. A rendezvény célja Szakcsi zenei örökségének és alkotói szabadságának továbbadása volt, amelynek keretében Ifjú Jazz Tehetségek Versenyét is megrendezték. Szakcsi Lakatos Béláról az első elképzelés egy mellszobor megalkotása volt, de ez nagyon behatárolta volna a kompozíciót. Így az volt a gondolat, hogy a szobor „szóljon” a zenéről.



Fotók: Rimai S. Éva

Cserhádi Ferenc polgármester

Az alkotás formáját tekintve több hangszer elegye, nagybőgőre, szaxofonra és zongorabillentyűkre utaló vonalakkal, bemarásokkal. A Hangszerek Fája első verziója tavaly készült el a rövid határidő miatt itongból és a művelődési ház előterét díszítette a Fesztivál ideje alatt. Ezután alkotta meg Ilés-Muszka Rudolf a végleges fehér



Ilés-Muszka Rudolf
Hangszerek fája című szobrával

műkő változatot, amelynek magassága 1.40 méter. A 2003 óta Veresegyházon élő és alkotó szobrász-képzőművész munkássága során olyan egyedi, nagyméretű köztéri szobrot alkotott, mint a Vértanúk Ligetében a Damjanich János vezérőrnagyot ábrázoló mellszobor, de olyan érdekes tavi szobrot is készített, mint a hullámzó formájú Hattyú című alkotás. Rendszeresen mutatja be alkotásait, első önálló kiállítása 2017-ben volt az Udvarház Galériában, majd 2025. május 9-én volt nagy sikerű, Ütközések című tárlata szintén a Veres Art Galériában. A zenei téma közel áll Ilés-Muszka Rudolffhoz, mert kedveli a jazz műfajt és ő maga is zenésznek készült. Azonban a zeneiskola 250 km-re volt Kézdivásárhelytől, a lakóhelyétől ezért a szülei inkább az újonnan megnyílt helyi képzőművészeti iskolába írátták be.

A szoboravatásra a művészt a családja is elkísérte. Az elkészült szobor annyira megtetszett a kisebbik lányának is, hogy azt mondta, hogy ő is szeretne egyet belőle. Másolatot a művész nem készít belőle, de az itong változat lehetséges, hogy lányának nőtincsi kertjét fogja díszíteni. Városunk ismét egy szép köztéri szoborral lett gazdagabb, ami egyben jelképezi a város pezsgő zenei életét, a művészetek találkozását. Köszönet érte a városnak és az alkotónak.

Rimai S. Éva



Ilés-Muszka Rudolf szobrászművész a családjával

Fókuszban az élő környezetünk

A frissen kinevezett miniszter első intézkedése, pontosabban kérése volt a lakosság felé, hogy májusban ne vágják a gyepet kertjeikben. A kérés nem minden alap nélküli. Hetek óta nem esett, a talajban nagyon sok víz hiányzik, a vetések megszenvedik a szárazságot, az erdőkben is sok a kiszáradt fa.

A napokban került a kezembe a Virágos, tiszta porta helyi felhívása. Ebben a következő sorokat olvasom: „Általános értékelési szempont, hogy az ingatlan kiemelkedően szép, gondozott, esztétikus, gyommentes és élő virágzó növényekkel díszített legyen”.

Igen ám, de hogyan? Egyfelől kifejezett kérés a szakminisztertől, hogy kerüljük a gyakori fűnyírást, mert a frissen vágott gyep nem tartja meg a talaj nedvességét, az hamarabb kiszárad. Ezt pedig egy kerttulajdonos sem szeretné, ezért locsol. Szerencsés esetben saját kútból vagy felfogott csapadékvízzel, más esetben ivóvízzel. Ez még akkor sem jó, ha alméróval ellátott rendszere van, mert a locsolásra akkor is az ivóvizet használja, legfeljebb nem fizet érte csatornadíjat.

Szakembereket kérdeztem meg ezzel kapcsolatban. Kettőjük ráadásul a városi akció bírálóbizottságának is a tagjai. **Tatár Sándor**, a Tavirózsa Egyesület alelnöke szerint a legfontosabb az a tétel, hogy a gondozott gyep az nem egyenlő a lenyírt gyepel. Az adott gyep értékelése esetén inkább az olyan szempontok fontosak, hogy milyen fajok alkotják (pl. ne legyen benne inváziós lágyszárú), és mennyire változatos ez a fajösszetétel.

Kisák Péter, aki korábban a város főkertésze volt, a Városgazda Kft. vezetőjeként pedig továbbra is hozzá tartozik a sok virágos terület gondozása, kissé árnyaltabban fogalmaz.



Az intenzíven fenntartott gyepnek igyekszünk mindent (vizet, tápanyagot és életteret) megadni, azért, hogy minél dúsabb és zöldebb legyen. A gyepjeinknél a folyamatos vágás következtében a növényünk sarjnövények képzésével bokrosodik, vagyis a gyakori vágás eredményezi a mutatós, homogén gyepszőnyeget. Abban az esetben, ha kihagyunk, főleg tavasszal egy hónapot a vágásból, a gyepünk bevirágzik, majd magra fut. A virágzásnak köszönhetően a fű kiritkul és a később levágott, de természetes módon visszaszáradt virágszárak szűrős csontként maradnak a fűben.

A szakmai alapon elmondott véleménye feltétlen megízítleendő, de akkor hol van a vállalható megoldás, különösen az ideihez hasonló aszályos időben? Ehhez **Ferencz Zoltán** erdőmérnök meglátását szeretném idézni.

Szerinte a közeli jövő legnagyobb problémája az ivóvíz hiánya lesz. Kitartóan meleg, száraz időben néhány településen már így is gond a folyamatos ivóvízellátás. Min-

dent el kell követni ahhoz, hogy a talaj vízkészletét megóvjuk, a csapadékkal jövő vizet felfogjuk és azt használjuk locsolásra. Nyári időben a locsolási tilalom betartása nem pusztán állampolgári kötelességünk lesz, hanem szomszédaink, vagy természetőrök által ránk kényszerített magatartás.

Mohai Imre



Szalaiiné Gulyás Ágnes igazgató „Büszkék lehetünk az eredményekre”

21 év igazgatóság után nyugdíjba vonul Szalaiiné Gulyás Ágnes, a Fabriczius József Általános Iskola vezetője. Hivatásról, kihívásokról és az ország legnagyobb általános iskolájáról beszélgettünk vele.

Mindig is pedagógus szeretné lenni?

Ez nekem gyerekkoromtól teljesen egyértelmű volt. Bár a szüleim időnként próbáltak valami „normális” szakma felé terelni, tökéletesen hajthatatlan maradtam. Így, vácrátóti lányként Egerben végeztem földrajz-biológia szakon. Kacérkodtam azzal, hogy az imádott Egerben maradjak, de munkalehetőség Budapesten adódott, így a 17. kerületben kezdtem tanítani. Itt ismerkedtem meg a pedagógiai asszisztensként dolgozó férjemmel, majd megszülettek a gyerekeink. A lányommal és fiammal 2000-ig GYES-en voltam. 2000. augusztus 20-án költöztünk Veresegyházra.

Igazán ünnepi dátum.

Ma is így gondolom. Előbb Pesten éltünk, majd Vácrátóton. Amikor anyósomék Veresre költöztek, annak a háznak az emeletét beépítve kerültünk mi is ide. Azonnal állást is kaptam a Fabriban Nagy István igazgatótól biológiatanárként, majd osztályfőnökként.

Hogyan lettél igazgatója a patinás intézménynek?

2004-ben István nyugdíjba ment, 2005-től kellett új igazgató. A tantestület rávett, hogy vállaljam el a tisztséget. Kövi Marika, Szilvási Sanyi és Zimmerné Sándor Ibolya voltak az igazgatóhelyetteseim. Legendás tanárok, emberek. Ahogy Pásztor Béla polgármester is, aki azonnal nagy szeretettel és elvárásokkal fogadott. Őt bizonyos szempontból, az emberekhez való hozzáállás, a kommunikáció és a rendszeret szempontjából a mai napig példaképemnek tartom. Tőle tanultam meg, hogy mindenkiel együtt kell és lehet működni.

Akkor sem volt kicsi iskola, de mára óriásivá nőtt.

5-6 párhuzamos osztályunk volt, ez nőtt 7-9-re, majd sokáig az évfolyamonkénti 8 osztály stabilizálódott. Ez 1550-1600 gyereket, 112 tanárt, segítőkkel együtt 170 munkavállalót jelent jelenleg. Maximális osztálylétszámon (29-30 fő) megyünk ma is, sok problémás, „papiros” gyerekekkel, akiket integráltan nevelünk. Mindezt úgy, hogy 2003-ra elkészült a Mézesvölgyi iskola is, így két helyszínen dolgozunk. Ráadásul rövidesen több ütemben átépült, bővült a Fő utcai hatalmas épület is. Abban a két és fél tanévben, amíg a bővítés zajlott, tényleg mindenhol, művelődési házban, zeneiskolában tanítottunk. De megérte, mert nagyon szépek az iskoláink, viszont az állandó karbantartásra áldozni kell.

Hogyan lehet egy ekkora tanári kart kezelni?

Nem egyszerű. Kezdjük ott, hogy csak a Mézesvölgyi dísztermében férünk el teljes értekezletre. Viszont sokat segítenek az igazgatóhelyettesek és a munkaközösségek, akiknek döntő szerepük van a napi szintű szakmai munkában. Ráadásul a tanárok nagyjából 20%-a még a két épület között is ingázik, hiszen alsóban és felsőben is vannak óráik. Viszont örömmel mondom,



Fotó: Veréb József

Szalaiiné Gulyás Ágnes

hogy az élethelyzetekből adódó fluktuáción kívül, ami éves szinten csak 1-2 fő, az eltelt 21 évben mindössze 2-3 tanár távozott azért, mert egyszerűen nem tudta kezelni ezt a gyerektömeget. Tanárhiányunk az elmúlt években mindig volt, főleg matematika, informatika és nyelvi tantárgyakból, viszont most, a béremelések hatására sokan visszatértek a pályára, így akár nyolc jelentkezőből is válogathatunk állásonként.

Mennyiben okoztak gondot a fenntartóváltozások?

Önkormányzatiból tankerületi iskola lettünk. Kétségtelen, hogy az önkormányzati fenntartás rugalmasabb, gyorsabb ügyintézkést jelentett. De mind a gödöllői, mind a dunakeszi tankerülettel jó kapcsolatunk volt, fontos segítség volt a jó szakmai koordináció, ugyanakkor sokszor néha nehezekebb, lassúbb az ügyintézés.

Mi a legpozitívabb siker az elmúlt években?

A sikeres építkezéseken kívül egyértelműen a nagyon magas színvonalú, emelt szintű oktatásunk. A félvszázados zenei tagozatunkon és a sakkoktatáson túl nagyon sikeres lett a kiemelt matematika és nyelvi képzésünk is. A gyerekek kiváló iskolákba kerülnek be, rengeteg sport és tanulmányi sikert érnek el. Ennek az az ára, hogy felsőre újra osztjuk az osztályokat, figyelmet fordítva a felzárkóztatásra és a tehetséggondozásra is. Minden gyerekre figyelünk, a nagy létszám ellenére büszkék lehetünk az eredményekre.

Negatívum?

Biológia szakosként kicsit kudarcosnak érzem, hogy újra és újra nekifutunk a környezettudatosabb működésnek, de valahogy ebben mindig volt elakadásunk. És újra kiemelném, hogy főleg anyagi okokból nem úgy halad az iskolák felújítása, karbantartása, ahogy az amortizáció igényelné. Ezzel a jövőben sokat kell foglalkozni, mert ezek az óriási, gyönyörű épületek szépen lassan így lepusztulhatnak.

Hogyan tovább Fabri és hogyan tovább Szalaiiné Gulyás Ági?

Augusztus 16-tól új igazgató veszi át az iskola irányítását, aki nyilván a működésben, a kommunikációban változásokat fog hozni a sikeres pályázatának megfelelően, amit a tantestület többsége támogatott. Én a felmondási időmben természetesen még bejárok, segítek, ha igény van rá, de ezt követően nem maradok óraadóként sem. Hogy mit fogok csinálni a jövőben? Uno-kázni fogok, sokat olvasok, kirándulok. Élvezni fogom a kötetlen nyugdíjas éveket. Ugyanakkor, mint aktív, örökmozgó ember, kis pihenés után bizonyára keresek magamnak olyan elfoglaltságot, közösséget, ahol jól érzem magam és továbbra is használhatok a városnak. De egyelőre a pihenés jön!

Kovács Péter

Fabriczius József Általános Iskola

Vers- és prózaíró pályázat 1. – 2026

„A próza olyan, mint az ablak, a költészet pedig, mint a tükör.” (Jean-Paul Sartre)

Nagy hagyományokra tekint vissza a Fabriczius József Általános Iskolában a MOZAIK vers- és prózaíró pályázat, amelyet a tanév második félévében hirdetnek meg a felső tagozatos diákok számára. A beérkezett pályaműveket az iskolában kiállítják, amit a többi diák nagy élvezettel olvas, majd pedig szavazhat a közönség kedvenceire. A pályázattal az a cél, hogy a gyerekek megmutathassák kreativitásukat, fantáziájukat, alkotói készségeiket.

Versíró palántáink idén csodálatos lírai vallomásokkal jelentkeztek, a kreatív prózai alkotások pedig megmutatták, milyen fantáziával és mennyi mondani-valóval rendelkeznek a fiatalok.

Az alkotásokhoz szívből gratulálunk, és biztatjuk a gyerekeket, hogy írásaikkal továbbra is sok örömet okozzanak önmaguknak és olvasóiknak! A Veresi Krónika ebben az eredmények és a zsűri által díjazott pályaművek közreadásával kíván segíteni.

KOVÁCS ZSOMBOR

Gyík a bokorban...

Gyönyörű hátán csillan a fény,
Yttrium színben ég a remény,
Időtlen sziklán némán pihen,
Kővé vált szoborként ott terem.

Apóka módra figyeli a tájat,
Biztosan tartja az aprócska lábat,
Osonva indul, ha rezzen az ág,
Kicsi testét rejt a sűrű világ.

Ott van a fűben, a zöldben a helye,
Roppant gyorsasággal van tele a feje.
Bátor vadászként rovarra les,
Azonnal ugrik, ha zsákmányt keres.



NYERTES PÁLYAMŰVEK:

VERS KATEGÓRIA HELYEZETTJEI

KÖZÖNSÉGDÍJAK

1. Czene Emma: Elfelejtettem
2. Jakab Elizabet: Nyár
2. Tóth Bence Richárd, Ábrahám Levente
László: Szóelemes bárdok
3. Horváth Lili Csenge: Szívből születtem

ZSÚRI DÍJAZOTTJAI

1. Iván Noémi: A csend bosszúja
2. Jakab Elizabet: Nyár
3. Kovács Zsombor: Gyík a bokorban

PRÓZA KATEGÓRIA HELYEZETTJEI

KÖZÖNSÉGDÍJAK

1. Egyed Emese Luca:
Egy rövid élet hosszú emléke
2. Ábrahám Levente László:
Béla, a köpcös kalóz
3. Kőszegi Emma: Lentről a Marsra

ZSÚRI DÍJAZOTTJAI

1. Topa Noémi: Nyári délután
2. Kőszegi Emma: Lentről a Marsra
3. Ábrahám Levente László:
Béla, a köpcös kalóz

IVÁN NOÉMI

A csend bosszúja

A sötét bennem él, nem kívül,
fáj, ahogy minden emlék elcsendesül.
Nem kiáltok, csak figyelek,
a gyilkos csendben megremegnek a szívek.

A bosszú nem ordít... suttog,
mint penge, mi lassan vág, de biztos.
Nem dühből öl, hanem emlékből,
azokért, akik eldobtak érzésből.

A fájdalom nem kér bocsánatot,
csak szorít, míg el nem engeded a haragot.
De bennem még maradt valami,
egy arc, egy tett, mit nem lehet kimondani.

Megbánás? Talán... későn jön,
mikor már a vér is elcsöndesült a kövön.
Nem magamért sírok, hanem ami lettem,
Valaki, aki csendben ölt meg... itt bennem.

JAKAB ELIZABET

Nyár

Még emlékszem a nyárra,
a meleg napsugárra,
a zöldellő fákra
és a nyugalmas világra.

De hamar újra tél lett.
Zord és kíméletlen hőmérséklet,
a hegyek teteje pedig ismét szikrázóan fehérlett.

Az idő ismét siet,
a fehér füzetlapon kék írás díszleg
és az iskolai padokban sok gyerek beszélget.

Várják már a nyarat, a cseppnyi nyugalom szigetét az év tengerén.
A hosszú éjszakákat a világ peremén
és a kényelmes napokat a gyorsan futó idő kerekén.

Gondolataik már rég a tengernél cikáznak,
de a hóvirágok még épphogy csak az esőn áznak,
és még nincs itt az ideje a nyugalmas világnak.

„Minden újdonságot túlértékelünk rövid távon és alulértékelünk hosszú távon” – Lencsés Gergő a Civil körben

2026. május 28-án Lencsés Gergő mérnök, operációs szakértő volt a vendégünk, aki 2022 óta Veregyházi díszpolgára. Ő alapította a Jövő Iskoláját városunkban.

A BME villamosmérnöki karán végzett, majd 25 évet töltött a General Electric-nél, ebből az utolsó öt évében a GE gázturbinagyártásának globális operációs vezetőjeként dolgozott. Karrierje során felépítette a GE első vietnámi gyárat, vezette a cég legnagyobb, USA-n kívüli gyártóhelyét, amely többmilliárd dolláros forgalmat ért el. 2022-ben 45 évesen kivált a nemzetközi multinacionális környezetből, hogy szenvedélyének, az innovációnak, a vezetők támogatásának és családjának szentelhesse idejét. Jelenlegi munkájában a legújabb adatelemzési és AI (mesterséges intelligencia) technológiákat alkalmazza, hogy közösen forradalmasítsák a szervezeti és vezetőfejlesztés világát, és olyan innovatív megoldásokat hozzanak létre, amelyek valódi hatással vannak a mindennapi életre.



Fotó: Hollai Gábor

Lencsés Gergő Veregyházi díszpolgára

Kedvenc témája: hogyan változtatja meg az AI a munka, a technológia világát, az emberek gondolkodásmódját? Ugyanakkor adatelemzéssel, előrejelzésekkel is foglalkozik munkájában. Előadása szerint olyan adatok, ismeretek birtokába juthatunk az AI segítségével, amit évek hosszú sora alatt sem voltunk képesek előállítani.

De mi is az AI? Az Európai Parlament által megfogalmazott definíció szerint az egy olyan rendszer, amely emberhez hasonló képességekkel rendelkezik, ezért képes érzékelni a környezetét, valamint lépéseket tenni és alkalmazkodni annak érdekében, hogy maximalizálja a kitűzött célok elérésének esélyét.

A szoftver középpontjában a nyelv és a nyelvi modellek állnak, és bár kezdetben szöveggenerátorként vált társadalmi szinten széles körben ismertté, ma már nem ez az AI elsődleges felhasználási módja.

Az AI hatalmas mennyiségű adatot dolgoz fel másodpercek alatt, így jóval meghaladja az emberi agy kapacitását. Egyik legnagyobb előnye, hogy ingyenesen is elérhető, és képes drága programokat helyettesíteni, így a vállalkozások jelentős kiadásokat takaríthatnak meg. A gyógyszergyártás költségei például segítségével akár meg is felezhetők. A hatékonyság nem csak megtakarítást hoz, hanem megváltoztatja a viselkedést is, így az összefogyasztás végül akár nőhet.



Fotó: Rimai S. Éva

Lencsés Gergő a Civil körben

A munka világa át fog alakulni, kalákában fogunk dolgozni, mint a korábbi generációk. A szüleink egy szakmával egy életen át meg tudták keresni a kenyerüket. A mai középgenerációnak már több szakmát kell kitanulni, a gyerekeiknek már 3-4 szakmát kell ismerniük egy adott pillanatban. Az emberek a saját maguk rabszolgái lesznek a teljesítmény hajhászásában. A legjobbak már nem kiégnek, hanem „elégnek” fognak a folyamatos feladat megoldási kényszer hatására.

Az AI világában a gépek felismerik a mintázatokat és előre jelzik a várható cselekvésünket. Az Amazon például 10%-os pontossággal meg tudja jósolni, hogy mit fogunk vásárolni, de célja a 60%-os prognózis. Egy közismert élelmiszer házhoz-szállító cég raktárában egy áru kb. 8 órát tölt. **Az AI lényegi értéke a kognitív munka árának radikális csökkenése. A jövőben azonban a gondolkodó emberekre még nagyobb szükség lesz, a kritikus gondolkodás fel fog értékelődni.**

Az előadást követően olyan kérdésekre is válaszolt az előadó, hogy miként lehetne az AI-t alkalmazni városunk fejlődésének elősegítésére. Példaként említette a szimuláció lehetőségét, amelyet jól ki lehet használni a döntés előkészítésben. Vannak olyan modellek, amelyeket nem nyelvekre tanítottak, hanem arra, hogy a döntések előkészítésére szimuláljanak bizonyos emberi reakciókat, a várható magatartását. Például a közlekedési koncepció, vagy a forgalom szervezés során felhasználható lenne az AI a megfelelő adatok bevitelét követően a legoptimálisabb forgalmi rend kialakításában. Az egyes önkormányzati döntések megértésében a modellek képesek arra, hogy ugyanazt a témát különböző korcsoportok szintjén magyarázzák el.

Az online térben egyre nagyobb problémát jelent a **deepfake**, vagyis **a mesterséges intelligencia által generált hamis képek, videók és hangfelvételek rohamos terjedése**. A technológia fejlődésével egyre nehezebb megkülönböztetni a valódi és a mesterséges tartalmakat, ami aláássa a bizalmat az online információkkal szemben. A digitális vízjelek és a titkosított metaadatok lehetőséget adnak arra, hogy a felhasználók ellenőrizhessék egy tartalom forrását, és könnyebben megállapíthassák annak megbízhatóságát.

Elterjedt mondás technológiai körökben, hogy „**a mesterséges intelligencia nem váltja le az embert, de az ember, aki használja az AI-t, le fogja váltani azt, aki nem használja.**”

A jogban például hatalmas mennyiségű jogszabályt fésülnek át az algoritmusok pillanatok alatt. Egy friss felmérés szerint az éppen munkaerőt kereső cégek 91%-a olyan dolgozókat szeretne felvenni, akiknek van tapasztalatuk a ChatGPT-hez hasonló alkalmazások használatában, mert ez versenyelőnyt jelent. Hosszú távon a mesterséges intelligencia sok feladatot át tud venni az embertől, ami számottevő időt szabadíthat fel.

Sokan félnek attól, hogy elveszthetik állásukat a mesterséges intelligencia miatt. Erre Lencsés Gergő így reagált: „A McDonald's-ban még mindig emberek dolgoznak. Ha pedig a mesterséges intelligencia átveszi az összes feladatot, mi marad? Az, hogy emberek vagyunk.” Nem csak a kamaszok szenvednek identitás válságuktól, hanem a modern világ em-

bere is. **Három dolog kell a jó élethez – az, hogy egészséges legyél, hogy biztonságban érezd magad és hogy szerethess és szeretve légy.**

Az AI már nem csak a jövő ígérete, hanem a jelen valósága, amely már most átszöheti az életünket. Tekintsük ezt lehetőségnek, így könnyebben fogunk megbirkózni a jövő kihívásaival. Az átlagember annyit tehet, hogy például letölt egy ingyenes alkalmazást, pl. a Geminet vagy a ChatGPT-t, utána olvas egy jó szakirodalomban (pl. Mesterséges intelligencia kezdőknek) és jól megfogalmazva beírja a kérdését a keresőbe. Azok, akik kíváncsiak, izgalmas újságokként kezelik az új technológiákat, sokkal jobban fogják érezni a mesterséges intelligencia lelkét.

„Az AI egy eszköz. A döntés, hogy mire használjuk, a miénk.”
(Oren Etzioni)

Rimai S. Éva

Ennek nem lett volna szabad megtörténnie

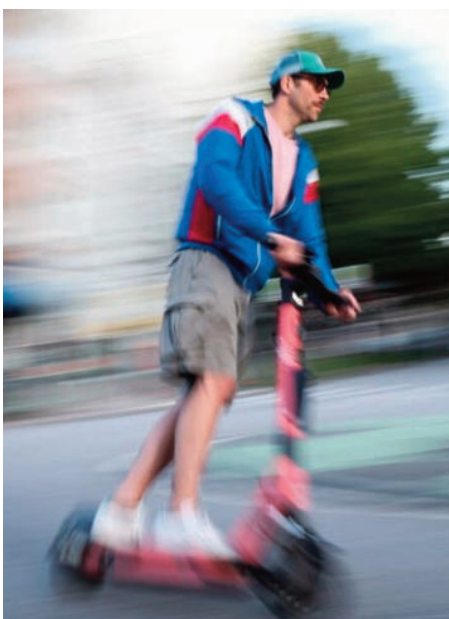
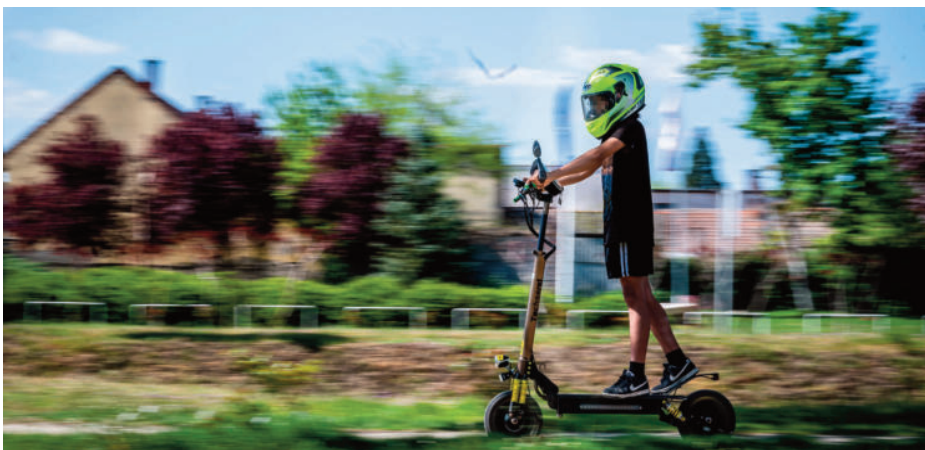
Néhány hete több mentőautó és még egy mentőhelikopter személyzete is küzdött annak a diáknak az életéért, aki rollerbalesetet szenvedett. Semmi nem tompította az esését.

Szerencsére, mint megtudtuk, jobban van, reméljük, hogy maradandó sérülés nélkül fel fog épülni.

Nagyon sok kérdést felvett ez a történet. Egyre több fiatal látunk a járdán vagy az útesten rollerezni. Annak ellenére, hogy számuk gyorsan nő, csak kevesen viselnek olyan védőfelszerelést, amivel jelentősen mérsékelni lehetne egy esés okozta sérüléseket. A rollerek egyre igényesebbek, egyre nagyobb sebességre képesek, ezáltal egyre komolyabb következményekkel járhat egy bukás. Arra pedig mindig számítani lehet. Elég egy alig látható gödör a járdán, egy rosszul megválasztott járdaperem, amire a talp alá épített akkumulátor könnyen felakadhat, egy hirtelen kikényszerített irányváltás, vagy erős fékezés, máris repül a rollerező. Rollert bárki vezethet, 25 km/h-ig nem kell jogosítvány. De olyan roller nincs, amit egyszerre ketten használhatnának, még akkor sem, ha kifejezetten lassan közlekednek vele. Ilyen esettel mégis sokszor találkozunk. De láthatunk a rollert egy kézzel irányító bátor fiatal is, másik kezében ennivalóval, vagy a telefonjával.

A hatóság emberei folyamatosan beszélnek arról, hogy a KRESZ szabályait meg kellene változtatni, abban részletesen tárgyalni kellene, hogy ki, mikor, milyen felszereléssel és milyen felszereltséggel közlekedhet ezzel a könnyű járással, de korántsem veszélytelen járművel.

Tudomásomra jutott, hogy a Fabriczius József Általános Iskola Iskolaszékének kezdeményezésére a Create Value Kft. készített egy oktatóvideót a roller használatának veszélyeiről, melyet a Fabriczius József Általános Iskola és a Református Általános Iskola pedagógusai még a nyári szünet előtt levetítettek a diákok számára. Tervükben szere-



pel olyan oktatások megszervezése is, amelyhez a rendőrség segítségét is igényben szeretnék venni. De szükségesnek látszik a város lakosainak a segítsége is, akik a felszerelés nélkül rollerező fiatalokat –különösen, ha a rolleren ketten utaznak – megállítják és figyelmeztetik, hogy hagyjanak fel ezzel a veszélyes gyakorlattal.

Traumatológus orvosok felhívták a figyelmet arra, hogy az utóbbi időben a leggyakoribb baleseti ok a rollerezés során szenvedett törés, zúzódás. Az egyre nagyobb sebességgel haladó rollerek legalább olyan veszélyes járművek, mint a motorkerékpár. Viszont arra csak megfelelő védőfelszerelés használata mellett ülhet fel bárki.

Kedves olvasóim! Kedves szülők! Fiatalok! Vigyázzatok egymásra, magatokra, hogy a fent említett eset soha többé ne fordulhasson elő.

Kisfilm: <https://youtu.be/FRPoVfkbq9s?feature=shared>

Mohai Imre



Semmelweis-nap

Július 1-je Semmelweis Ignác születésnapja, egyben a magyar egészségügy napja. Ez az alkalom számunkra nemcsak az ünnepségről és a munkatársaink részére történő köszönetnyilvánításról szól, hanem arról is, hogy figyeljünk a hozzánk forduló véleményére, és lehetőségeinkhez mérten reagáljunk azokra.

A lakosság részéről érkezett visszajelzések, valamint működésünk áttekintése alapján **2026. július 6-tól új időpontkérési lehetőséget vezetünk be.** Az időpontfoglalási kapacitás bővítése érdekében egy külön mobiltelefonszámot biztosítunk kizárólag időpontkérésre, amely munkanapokon **8:00 és 11:00 óra között lesz hívható.** A jelenleg használt vezetékes telefonszámok továbbra is elérhetőek maradnak, azokon a megszokott ügyintézés változatlanul igénybe vehető.

Arra kérjük betegeinket, hogy amennyiben lefoglalt időpontjukon mégsem tudnak megjelenni, azt lehetőség szerint honlapunkon vagy telefonon mondják le. Ezzel segítséget nyújtanak abban, hogy a felszabaduló időpontot más beteg vehesse igénybe, valamint hozzájárulnak a rendelési kapacitások hatékonyabb kihasználásához.

Kérjük továbbá pácienseinket és hozzátartozóikat, hogy munkatársainkkal minden esetben tiszteletteljes hangnemben kommunikáljanak. Kollégáink nap mint nap azon dolgoznak, hogy a lehető legnagyobb odafigyeléssel és szakmai felkészültséggel segítsék a hozzánk

fordulókat; az együttműködő, kölcsönös tiszteleten alapuló kommunikáció nagyban hozzájárul a gördülékeny és hatékony betegellátáshoz.

Amennyiben a következő szabad időpontig hosszabb várakozási idő adódik, javasoljuk az **1812 Egészségvonal**, illetve az **EgészségAblak applikáció** használatát. Ezeken a felületeken ugyanis lehetőség nyílik arra, hogy más egészségügyi intézményben esetleges szabad időpontot elérjék.

A laboratóriumi időpontfoglalás változatlan, továbbra is a Synlab Kft. működteti, ezzel kapcsolatban a honlapunkon bővebb információt talál: <https://misszio.hu/laboratorium/>

Bízunk benne, hogy az új időpontkérési lehetőség hozzájárul a gördülékenyebb ügyintézéshez.

Semmelweis napjához kapcsolódva tehát nemcsak ünnepszünk, hanem egy olyan változást is bevezetünk, amelyet a lakossági visszajelzések és a mindennapi tapasztalatok hívtak életre.

*Veresegyházi Misszió
Egészségügyi Központ vezetősege*



IDŐPONTKÉRÉSI RENDSZERÜNK VÁLTOZÁSA



MISSZIÓ
EGÉSZSÉGÜGYI KÖZPONT



Tisztelt veresegyházi, erdőkertesi, csomádi lakosok, kedves betegeink!

A lakosság és a betegeink részéről érkezett visszajelzések, valamint a munkatársainkkal történt belső egyeztetések hatására, **a lehetőségeinket mérlegelve** az időpontkérési kapacitásunkat az alábbiak szerint bővítjük.



HÍVÁSI IDŐABLAK:

8:00 – 11:00
MUNKANAPOKON



FONTOS TUDNIVALÓ!

AZ ÚJ TELEFONSZÁM
CSAK IDŐPONTKÉRÉSRE
HASZNÁLHATÓ.



A HATÉKONYABB ÜGYINTÉZÉS ÉS A KÖNNYEBB
ELÉRHETŐSÉG ÉRDEKÉBEN

KIZÁRÓLAG IDŐPONTKÉRÉS CÉLJÁBÓL

EGY ELKÜLÖNÍTETT
MOBILTELEFONSZÁMOT
VEZETÜNK BE.

AZ ÚJ IDŐPONTKÉRÉSI TELEFONSZÁM:

Telefonszám:

+36 30 231 50 63



A jelenleg működő vezetékes telefonvonalaink (06 28 389 625) továbbra is elérhetőek maradnak, azokon a megszokott ügyintézés változatlanul lehetséges.



Amennyiben nem tud megjelenni időpontján, kérjük a honlapunkon erre létrehozott űrlapon, vagy telefonon mondja le, hogy mások számára is elérhetővé váljon az időpont.



Köszönjük együttműködésüket és megértésüket!



Tanyát vertek a Veresi Betyárok!

A Veresegyházi Betyárok Szövetsége Egyesület 2026. június 20-án ünnepélyes keretek között megnyitotta a saját munkájukkal felújított tájházát Veresegyházon, a Petőfi utca 21. szám alatt. A betyár hagyományok a magyar népi kultúra és romantika legizgalmasabb fejezetei közé tartoznak. A betyárok eredetileg bujdosók, üldözött jobbágyok, rablók vagy katonaszökevények voltak a 18-19. században, akik a társadalmon kívül, a pusztákon és erdőkben éltek. Idővel a népnyelv és a folklór idealizálta őket, a szabadság, a szegények védelme és a vagány virtus jelképeivé váltak.

A betyárvilág öröksége ma is élénken él a magyar kultúrában. A leghíresebb betyárok: Rózsa Sándor (az alföldi betyárkirály), Sobri Jóska (a bakonyi híresség), Angyal Bandi (a nemesi származású betyár) és Savanyú Jóska. A betyárvirtust a vakmerőség, a fizikai erő, a hatóságok kijátszása, a gazdagok meglopása és a szegények segítése jellemezte. A betyárvilág hagyományainak tárgyi kultúrájához tartozik a fokos, a karikás ostor, a bő gatyás viselet, a pörge kalap, a díszes nyerges és a híres betyár bicskák. De a betyár folklórhoz tartoznak a betyárdalok, balladák, pásztorfaragások, a jellegzetes gasztronómia, a pusztai pásztor- és bográcsos betyárételek is. Ezeknek a hagyományoknak az őrzésére vállalkoztak országos szinten a betyárok, akik rendszeresen részt vesznek a Veresegyházi Országos Betyártalálkozón, amely az ország egyik legjelentősebb pusztai rendezvénye, amelyet a Veresegyházi Betyárok Szövetsége Egyesület szervez.

A találkozót hagyományosan minden év tavaszán, március végén rendezik meg Veresegyházon 2022 óta. Már az első rendezvényről beszámolt a Veresi Krónika is, amelynek leglátványosabb eleme számomra a jellegzetes kaskastollas csendőrök által végrehajtott deresre húzás jelenete volt. A rendezvényünk célja a magyar betyárvilág, a pásztorélet és a népi mesterségek hiteles bemutatása, amelyre az ország minden tájáról érkeznek hagyományőrző csoportok és viseletes vendégek. A rendezvénynek a Veresegyházi Tóstrand területe, illetve a Patak utca és a Találkozó útja sarka ad otthont. Az eseményt Veresegyház Önkormányzata is támogatja. Az eseményeken íjászok, kézműves foglalkozások, vásárosok és népzenei együttesek (Kelevézek) szórakoztatják a nagyérdeműt.



Fotó: Terebesi Csaba

Petőfi utca 21. – Betyárok tájháza



Fotók: Rimai S. Éva

Terebesi Csaba köszöntője Szekeres Sándorral



Szénás Zsolt és Lázár Ildikó képviselte az önkormányzatot

A Veresegyházi Betyárok Szövetsége Egyesület (közismertebb nevén a Veresi Betyárok) egy hivatalosan bejegyzett hagyományőrző szervezet sokéves múltra visszatekintő baráti társaságként indult, majd 2021. december 3-án alakult hivatalos szövetséggé. Az egyesület elnöke Terebesi Csaba. Az egyesület életében hatalmas mérföldkő, hogy 2026. június 20-án ünnepélyes keretek között megnyitották saját tájházukat Veresegyházon, a Petőfi utca 21. szám alatt. A megnyitón Terebesi Csaba elnök, Szekeres Sándor, a kóbor betyárok vezetője és Lázár Ildikó önkormányzati képviselő mondott köszöntőt. Az elnök a betyárok közössége összefogásával rengeteg munkával felújított, újjáépített tájházon végzett munkáért mondott személyre szóló köszönetet, valamint elismerő szavakkal szolt az önkormányzatról, akitől a bérleményt öt évre szóló használatra megkapták. Reményét fejezte ki, hogy ez az idő, amit itt töltenek majd a közösségük építésével hosszabb lesz ennél.

A hagyományőrzés mellett a modern betyárszellemhez hozzátartozik az elesettek, rászorulóknak megsegítése is. A tájházat és az egyesület zászlaját Albert Gábor evangélikus lelkész áldotta meg. Az eseményen az est folyamán a Múzeumok Éjszakája rendezvénynek is keretet adott. A vendégeket jó szívvel és szarvasgulyásos, pogácsás, pálinkás vendéglátással fogadták.

Az egyik nagykövete betyár, Szabó Imre tanyasi gazdálkodó elmondta, hogy hat éve jár a betyárokhöz. Barátja, Szekeres Sándor hívta a csoportba, ahol nagyon jól érzi magát. A „betyárkodás” mellett jól megfér, hogy télen mikulásnak öltözik és ajándékokat visz a gyerekeknek. Ő Csepelről költözött ki tanyára, mangalicákat tart és fontosnak tartja az egészséges táplálkozást. A betyárok rendszeresen szerveznek vagy csatlakoznak adománygyűjtő akciókhoz más betyárcsoportokkal (például a Kóbor Betyárokkal) együttműködve. Gyakran járnak főzőversenyekre, amelyek bevételét jótékonyági célra fordítják. Így például egy tűzeset károslutját segítették adományaikkal. Céljuk a magyar nemzeti tudat erősítése, a becsület és a tisztesség értékeinek közvetítése a fiatalabb generációk számára. Kapuk nyitva állnak a lakosság előtt, ahol rendezvények, megemlékezésekhez kötődő és más foglalkozások: pl. lekvárfőzés, kenyérsütés, kertmozi, demizson fonás, íjászat várják majd a nagyérdeműt, kicsiket és nagyokat egyaránt. Elérhetőségek: Terebesi Csaba elnök tel.: +3670 311 5275 FB oldal: Veresegyházi Betyárok Szövetsége Egyesület, valamint e-mail címük: terebesi.csaba@gmail.com

Rimai S. Éva

Vargabetű Irodalmi Szalon Nem növény és nem állat: gomba

Mi az a mikológia? Növények vagy állatok a gombák? Milyen szerepük volt a történelem alakításában? A Vargabetű Könyvesbolt ismét érdekes beszélgetés helyszíne volt 2026. május 29-én. Az előadó dr. Krenedits Sándor matematikus, a Tavírozsa Egyesület elnöke, gombaszakértő volt, aki a gombák különleges világába kalauzolta el hallgatóságát tudományos alapossággal és lenyűgöző tudással. Miközben kitért a gombamérgezésekkel kapcsolatos történelmi és irodalmi példákra is Kovács Péternek, a Veresi Krónika főszerkesztőjének a kérdéseire válaszolva.

A gombák nem növények és nem is állatok; egy teljesen különálló, lenyűgöző élőlénycsoportot alkotnak. De mégis a zöldséges polcokon találjuk őket az áruházban. Hogy van ez? A gombákkal foglalkozó tudomány a mikológia. Növényi tulajdonságuk a helyváltoztatás hiánya, sejtfaluk van, telepesen szerveződnek, szintesteket tartalmaznak. A gomba-fonal-hálózatuk, a micéliumhálózat köti össze a fák gyökereit. Ezen keresztül tápanyagot és vészjelzéseket küldenek egymásnak. Állati tulajdonságuk, hogy szerves anyagot bontanak le, nem termelnek oxigént, teljes értékű fehérjéket tartalmaznak. Nem fotoszintetizálnak, sejteik kitint tartalmaznak, és a föld alatti micélium révén az ökoszisztémák legfontosabb kapcsolattartói. Sajátosságuk a külső emésztés, szerves anyagból szervetlen állítanak elő.

A gombák 90 százalékban vizet tartalmaznak. Sok bennük a fehérje és a vitamin. Spóráikat kitinréteg borítja, ugyanaz az anyag, ami a rákok és bogarak páncéljában is megtalálható. Megfelelő körülmények között a gombaspóra akár több száz éven keresztül is képes fennmaradni, míg végül gomba fejlődik ki belőle. Néhány gombafaj képes a sötétben „világítani”, fluoreszkálni. A sokak által ismert csiperkegomba olyan erővel képes a felszínre törni, hogy az aszfaltot is megrepesztheti. A penicillin nevű baktérium ellenes szernek egy *Penicillium chrysogenum* nevű gomba az alapja, (ugyan-ezen gomba felelős a szalámik érlelési folyamataiért). A világon pillanatnyilag ismert legnagyobb élőlény egy oregoni tuskógomba kolónia 965 hektáron terül el. Súlya eléri a több ezer tonnát. Kora kb. 2400 év.

A gombamérgezések évszázadok óta formálják a történelmet, a véletlen tragédiáktól a jól kitervelt politikai gyilkosságokig. A humán toxikológia fejlődése és a gombák ismerete (mikológia) segített feltárni az alábbi sorsfordító eseteket.

A híres történelmi mérgezések közül például Claudius császár (i.sz. 54) Róma egyik legjelentősebb uralkodója hirtelen hunyt el, miután felesége, Agrippina mérges gombát – a történészek és toxikológusok szerint nagy valószínűséggel gyilkos galócát – kevert az ételébe, hogy fiának, Nérónak biztosítsa a trónt. VI. Károly német-római császár (III. Károly magyar ki-



Fotó: Rimai S. Éva

Krenedits Sándor és Kovács Péter

rály, 1740) uralkodása egy gombás étellel (feltehetően szintén gyilkos galócával) végződött. Halála után kitört az osztrák örökösödési háború, amely átrajzolta Európa térképét. VII. Kelemen pápa (1534) halálát sokáig gombamérgezősként tartották számon a köztudatban, ám az újabb orvostörténeti vizsgálatok szerint valószínűbb, hogy egy több hónapig tartó emésztőrendszeri megbetegedés végzett vele.

A történelem során feljegyzett gombás gyilkosságok és a leg súlyosabb véletlen esetek túlnyomó részéért a gyilkos galóca a felelős. A mérgezések azért különösen veszélyesek, mert a lapangási idő hosszú (akár 24 óra is lehet), így a méreganyagok (az amatoxinok) már visszafordíthatatlan károsodást okoznak a májban és a vesékben, mire a tünetek (hányás, hasmenés) jelentkeznek. Magyarországon a halálos kimenetelű mérgezések mintegy 98%-áért ez a gomba felelős. A halálos mérgezések mellett a történelemben a pszichoaktív gombák, mint a légyölő galóca is jelentős szerepet játszottak. Ezeket a gombákat a szibériai sámánok és más ősi kultúrák évezredek óta használták vallási rituáléik során a tudatállapot módosítására.

Rimai S. Éva

Az est során az Irodalmi Szalon eseményéhez híven néhány gombával kapcsolatos irodalmi példa is említésre került (például Mikszáth Különös házassága). Az év gombájának az idén a csoportos csiperkét választották a híres magyar mikológusokhoz kötődő gombafajok közül. Bohus Gábornak állítva ezzel emléket, aki a csiperkének nemzetségének kutatója volt.

A természetben szedett gombákat mindig ajánlatos bemutatni gombaszakértőnek!

Úristen, anya lettem!

– anyaságról tabuk nélkül pszichológus szemmel

2026. május 8-án a könyvtár vendége Koch Boglárka Lilla pszichológus, gyógypedagógus, két illetve egy harmadik, éppen útban lévő gyermek édesanyja, az *Úristen, anya lettem!* című könyv szerzője. A szerző rendkívül érzékenyen és szakmai tudással közelíti meg az anyaság pszichológiai aspektusait. Az első év tele van olyan kihívásokkal, amelyek megkérdőjelezhetik önmagunkat, a szülői kompetenciánkat, és a kapcsolati dinamikát is.

Azonban a könyv nemcsak elméleti megközelítést nyújt, hanem személyes tapasztalatokat és gyakorlati tanácsokat is.

Amikor szülőiségre készülünk, óhatatlanul a saját gyerekkorunk, saját szüleink jutnak eszünkbe. Bizonyosan van néhány pont, amit szeretnénk hasonlóan csinálni, mint ők, azonban általában gyakoribb, amikben biztosan tudjuk, hogy nem az ő példájukat szeretnénk követni. Aztán később erre fogjuk mondani, hogy: „Először elveink voltak, aztán lettek a gyerekeink.” Való igaz, hogy a gyerekevelés rögzös útján sok korábbi elhatározásunk felülíródhat, hiszen alkalmazkodunk az aktuális helyzethez. Néha azon kapjuk magunkat, hogy olyan mondatokat mondunk, amelyeket a szüleinktől hallottunk, stresszhelyzetben azonnal a családi normákhoz nyúlunk vissza. A családi elvárásokon kívül vannak még az anyával szembeni társadalmi elvárások is, amelyeknek többé-kevésbé igyekszünk megfelelni.

A legerősebb anyai érzés a szeretet mellett a bűntudat, amely abból táplálkozik, hogy úgy véljük, hogy viselkedésünk nem felel meg a társadalom vagy a magunk által támasztott elvárásoknak. A közösségi média is sokszor hamis képet fest, rombolhatja az anya önbizalmát. Ne iramodjunk a bemutatott tökéletes szülők nyomába! Gyakorta felmerül az a kérdés is, hogy hány éves kortól adjunk digitális eszközöket a gyerekek kezébe? Kutatások bizonyítják, hogy határok nélküli képernyő használat után a gyerek digitális autista lehet.

A nyelvi és pszichomotoros készségek megkésnek, szociális kapcsolódás iránti igényük csökken. A WHO ajánlása, hogy két év alatti gyerekek nulla képernyőidőt kapjanak, utána pedig fokozatosan és kontrollálva. Nem kell tökéletesnek lenned ahhoz, hogy tökéletes anya legyél gyermekeid számára.



Fotó: Rimai S. Éva

Koch Boglárka Lilla



Az anyai identitás kialakulásához időre van szükség, kb. egy évre. Ez közös együttlétek, élmények során alakul ki. A szülés egyben nagy lehetőség az önismeretre is. Az apa szerepe rendkívül fontos a gyereknevelésben. Kulcsfigura a gyermek érzelmi intelligenciájának fejlesztése szempontjából. Az alváshiány is kihívás a kisgyermekes szülők számára. Fontos, hogy az anyuka néha lehetőséget kapjon arra, hogy kiszakadhasson a hétköznapi mókuskerekéből. Ehhez az kell, hogy szükségleteinket meg tudjuk fogalmazni és akitől kérjük, ehhez igazodjék. Szervezzünk énidőt, ami kizárólag saját kedvünkre történik, hiszen ez nem önzés, hanem öngondoskodás. Jó tanács, hogy töltsünk időt a házastársunkkal is, hogy a párkapcsolatunk harmóniáját megőrizhessük. A szabadidő megteremtéséhez külső segítségre van szükség, amely lehet nagyszülő, vagy babysitter.

A nagyszülővé válás is egy olyan új helyzet, amely tanulandó. Jó tanács, hogy a szülők által megfogalmazott igények kielégítését érdemes szem előtt tartani, mert az övék a nevelés felelőssége. Egy jó barátnővel, lelki társal folytatott kávéházi beszélgetés is sokat segíthet a lelki egyensúly fenntartásában.

Miért érdemes elolvasni a könyvet?

Ha új anyaként próbálsz megtalálni a helyedet ebben az új szerepben, a „Úristen, anya lettem!” tökéletes társad lehet. Az érzelmi támogatás mellett olyan eszközöket és technikákat kínál, amelyek segíthetnek a mindennapi kihívások kezelésében. A könyv nemcsak az új anyák számára nyújt útmutatást, hanem azok számára is hasznos lehet, akik érdeklődnek az anyaság pszichológiai jellemzői iránt, és szeretnék jobban megérteni az anyai szerep mélységeit.

Rimai S. Éva

Nyomozás a La Vie En Rose Kávézóban

„Hollywood vs. Magyarország” címmel Doszpot Péter volt gyilkossági főnyomozó és Antal Gábor krízisintervenció tanácsadó szakpszichológus előadást tartottak arról, hogy a bűnügyi filmekben látottakhoz képest hogyan történik a nyomozás valójában? Mennyi a hasonlóság vagy a különbség az amerikai filmekben látott jelenetek és a valóságos bűnüldözés között? Betekintést nyerhettünk, hogyan folyt a nyomozás, amikor Doszpot Péter aktív nyomozó volt és milyen pszichológiai aspektusai vannak a bűnelkövetés felderítésének? Olyan híres filmrészletek, mint az Elrabolva, Zodiákus és A hetedik c. film egyes jeleneteinek levetítése után Antal Gábor izgalmas, gyakorlatias kérdéseire Doszpot Péter, a BRFK egykori Életvédelmi Alosztály vezetője adott hiteles és szakszerű válaszokat.

Doszpot Péter nyomozó szinte a rendőrség arcává vált, hiteles médiaszemélyiség lett a 90-es években, amikor a bűnügyi helyszínekről, a sikeres felderítésekről első kézből közvetlen és szakszerű tájékoztatást adott a televízió nézőinek. Olyan híres bűnügyek felderítésében vett részt, mint az Aranykéz utcai robbantás vagy a Fenyő gyilkosság. A téma iránt érdeklődőknek ajánlom a figyelmébe Szlavicssek Judit: Doszpot nyomoz c. könyvét, amely



Doszpot Péter és Antal Gábor

a 90-es évek gyilkossági ügyeiről szól ötven órás mélyinterjú alapján. Doszpot Pétert 1998-ban az év rendőrévé választották. 2001-ben leszerelt, majd egy parlamenti ciklusban országgyűlési képviselő is volt. 2020-ban magáncéget hozott létre. Ma coachként, pszichológiai tanácsadóként dolgozik. Tíz éve tart előadásokat Antal Gábor szakpszichológus, krízisintervenció tanácsadóval olyan témák-



Fotók: Rimai S. Éva

Doszpot Péter válaszol Antal Gábor kérdéseire

ban, mint a „Hazugság pszichológiai és kriminológiai aspektusai”, vagy a sorozatgyilkosokról szóló „Emberi bestiák”.

Az est során érdekes kriminalisztikai gyorstalpalón hallhattunk információkat a filmrészletek nyomán a bűntény kiterveléséről, az elkövetésről, a helyszínelésről, a boncolástól várható szakértői vélemények fontosságáról, a kihallgatás taktikájáról, technikájáról, a lakossági segítség módjairól.

Az előadás betekintést nyújtott a nyomozói munka hétköznapijaiba, nehézségeibe és abba a sikeres felderítés nyújtotta adrenalin löketbe, amely segít a nyomozói munka folytatásában. Jó volna, ha napjainkban is volna a rendőrségnek „arca”, amely segíthet a közhatalom gyakorlóiba vetett bizalom helyreállításában és az utánpótlási hiánnyal küzdő szakma népszerűsítésében. Bűnmegelőzési taná-

cst is kapott a hallgatóság az Elrabolva című film kapcsán, amely a szülőknek azt üzeni, hogy tudjanak róla, hogy beszéljenek a szülők a gyermekükkel, ha bulizni mennek. Tudják, hogy kivel, hová mennek és mi a barátaik neve, ha bajba kerülnének, tudjanak velük kapcsolatba lépni.

A nyomozó és a pszichológus közötti dialógus a laikusok számára is közérthető volt, a hallgatóság érdeklődését mindvégig fenntartotta. Jó és hasznos kezdeményezések tartom, hogy a kávézó új kulturális helyszínül is szolgál a városnak, ahol kellemes környezetben, egy finom kávé és sütemény mellé szellemi táplálékot is kaphat a vendég a tóparti környezetben. Ajánlom az érdeklődőnek a La Vie En Rose kávézó Facebook oldalának követését, ahol információkat kaphatnak a megrendezésre kerülő eseményekről.

Rimai S. Éva



Élettér, emlékekkel

Szín pompás festményekkel köszöntötte a nyarat Bodnár Ágnes festőművész, akinek Nyári szimfóniák címmel nyílt tárlata június 5-én, pénteken 18 órakor, a Köves utcai Erkély Galérián.

A gazdag anyagot Marosán László képzőművész, galériavezető, megbízott intézményvezető rendezte professzionális látvánnyá.

A kiállítást dr. Kósa Tünde nyitotta meg, közreműködött Utasi Ágota, a Százvirágos Néptáncgyűttes tagja.

Június első hétvégéjén az Erkély Galéria kiállítótere megtelt a természet elemeivel, virágokkal, madarakkal és női alakokkal. A falakról vibráló színek és életigenlés áradt, hűen tükrözve a kiállítás címét. A képek elhelyezése és ritmusa tökéletes vizuális párbeszédet teremtett a művek között. Alkotójuk, dr. Bodnár Ágnes 17 évig élt és tanított Veresegyházon, továbbá saját maga által illusztrált mesekönyvei kiadásával foglalkozott. „Én is ebben az időszakban ismertem meg Ágit. Ő volt az első olasztanárom, ráadásul a gyermekeink is ugyanabba az óvodai csoportba jártak. Ez tehát nem csupán egy kiállítás helyszíne, hanem egy fontos élettér emlékekkel, inspirációkkal: alkotó energiákkal átszőtt közeg” – idézte fel a művésszel közös élményeit dr. Kósa Tünde. Beszédében kiemelte, hogy a kiállítót nem csupán művészetében, hanem civil életében is nyitottság, sokszínűség és elemző szemléletmód jellemzi, hiszen jelenleg amerikanisztikát tanít az egri Eszterházy Károly Katolikus Egyetem adjunktusaként, ugyanakkor az Európai Unió gazdasági és szaknyelvi kérdéseivel is foglalkozik.

Dr. Kósa Tünde az alkotások vizuális zenei hatására is rávilágított, amely színek, formák és érzelmek harmóniájában nyilvánul meg. Méltatta a festmények gazdag színvilágát, pozitív kisugárzását,



Bodnár Ágnes és Dr. Kósa Tünde

és a művész azon képességét, amellyel a vásznon időtlenné varázsolja a nyári pillanatok múlandó szépségét.

Az esemény fényét egy különleges zenei produkció is emelte, amely hidat képezett a vizuális élmény és a magyar hagyományok között. Utasi Ágota, a Százvirágos Néptáncgyűttes tagja egy lenyűgöző bukovinai népdalcsoportot adott

elő. Felkészítője Enyedi Ágnes népdalénekes volt. A tiszta forrásból merítő népdalok hangulata tökéletesen harmonizált a kiállított képek emocionális, természetközeli világával. A tárlat kiváló lehetőséget nyújtott arra, hogy a látogatók kiszakadjanak a hétköznapi szürkeségéből és elmerüljenek az évszak színeiben.

Márkus Judit



Marosán László és Bodnár Ágnes



Utasi Ágota a családjával



Kilépő a nagybetűsbe

A Veres Art Galéria legújabb, *Kilépő* című kiállításán a Fóti Népművészeti Szakgimnázium és Gimnázium végzős diákjai mutatkoznak be. A tárlatot Marosán László képzőművész, a galéria vezetője, a Váci Mihály Művelődési Központ megbízott intézményvezetője rendezte. A június 19-i megnyitón Móricz Katalin művésztanár méltatta a tehetséges diákokat.

Veresegyházon mindig nagy érdeklődés övezi a végzős fóti diákok vizsgamunkáiból szerveződő kiállítást. A több mint harminc éve működő művészeti iskola ballagói jó pár éve rendszeresen bemutatják műveiket a Veres Art Galériában, és ahogy Marosán László képzőművész fogalmazott köszöntő beszédében, rajta nem fog múlni, hogy a szép hagyomány örökéletű legyen. Ez nem csupán az újdonsült művészeknek nagy lehetőség, hanem mindazok számára is, akik nyitottak a friss áramlatokra és érdeklődve figyelik, milyen lenyomatot hagynak a világ dolgai a Z generáció művészetében.

A **Lichner Barbara** tanárnő patronálásával eljuttatott jelmez- és díszlettervek, könyvillusztrációk, csomagolástervek, festmények, grafikák és installációk kivételes hangulatot kölcsönöztek a galériának. A művészeti grafikus, festő, kerámiaműves, divat-, stílus- és jelmeztervező, valamint textilműves szakon végzett diákok munkáit **Móricz Katalin** művésztanár méltatta, pedagógus-társaitól is kölcsönzött gondolatokat hívva segítségül.

A négy végzős kerámiaműves, **Győry Zita**, **Gombos Lili Maja**, **Klink Emese** és **Becsó Márton** az egyéni alkotások mellett közös, az iskola szellemiségét tükröző kalácsütő edénykészletet, a textilműves **Balogh Veronika** tűnemeztáskát és hímzett neszesszert küldött a kiállításra. A jelmezese minden évben közös népviseletet készítenek a záróvizsgára. **Kálló Lilla**, **Major Réka**, **Nemes Hajnalka**, **Soós Bianka**, **Spák Adrienn** és **Román Tamara** ezúttal egy jászberényi jász viselettel jelentkezett. A művészeti grafikusok közül **Hornyák Dorina**



Fotó: Perlaki Rita

Terecskei Korina és Schweigert Dániel

Vanda társasjátékot gondolt újra, **Gayer Zoé** és **Kiss Luca Édua** könyvborítót tervezett és illusztrált, **Gombai Nóra** családi vállalkozásnak tervezett új arculatot. **Bényi Klaudia** és **Dósa Bálint** csomagolást, **Gyetvai Mercédesz** fiktív kozmetikai márkát, **Szilágyi Szonja** fiktív kávézót, **Szabó Egon** korszak plakátokat tervezett. A festő szakos hallgatók – **Vigh Amira**, **Kiss Lili**, **Tóbi Emília**, **Kovács Anikó Viktória**, **Kurucz Regina**, **Szokmáry Fruzsina**, **Salamon Benedek** és **Gaburi Lilián Vivien**, az akvarellfestés nagy tehetségének útját – **Móricz Katalin** és **Sándor János** tanár úr egyengette öt éven keresztül.

A pop art stílusban alkotó **Terecskei Korina** volt az est egyik közreműködője is, egy Stevie Wonder dalt és két jazz standardet adott elő: az *In a Sentimental Mood* című számot **Nagy Alexandrával** karöltve, gitáron kísért **Schweigert Dániel**.

Márkus Judit

MÚLTIDÉZŐ • Szabóné Vank Erzsébet gyűjteményéből



Fotó: Weitz család fotóalbuma

Ha végre itt a nyár...
Weitz Istvánné óvónő a jobb oldalon guggoló kislányával,
Magdival az 1960-as évek elején a veresi strandon.
Háttérben a strand Kisvendéglője



Fotó: Gazsó család fotóalbuma

Nyári idill.
Csónakázó fiatalemberek az Öreg-tavon, 1960-as évek eleje.
(A bal oldali fiatal Gazsó János)

Címerfestés, szabadulószoza és kukoricamorzsolás a Múzeumok Éjszakáján

A Múzeumok Éjszakája Magyarország legnagyobb és legnépszerűbb kulturális tömegrendezvénye. Június 20-án szombaton 17-22 óra között nyolc helyszínen várták a városi közintézmények munkatársai a kultúra, a művészet és a hagyományok szerelmeseit.

Az eseményt minden évben a Szent Iván-éjhez legközelebb eső szombaton rendezik meg. Ezen a különleges nyári estén a múzeumok, galériák és kiállítóhelyek rendhagyó, éjszakai nyitvatartással várják a látogatókat. Több száz kulturális intézmény nyitja meg kapuit egyszerre a fővárosban és vidéken egyaránt. A hagyományos tárlatok mellett koncertek, fényfestések, workshopok és exkluzív épületbejárások szórakoztatják a közönséget.

A látogatók beléphetnek olyan zárt terekbe, mint a múzeumi raktárak vagy restaurátor műhelyek. A rendezvény célja, hogy közelebb hozza a kultúrát a fiatalokhoz és a családokhoz bebizonyítva, hogy a múzeumok világa izgalmas és élő közösségi tér. **A veresi eseményt a Vargabetű Könyvesbolt támogatta. Ezúton is köszönjük partnereinknek a közreműködést!**

Márkus Judit



Fotók: Vadász Anett

A Veresi Tájházban a kukoricamorzsolás rejtjelmeibe avatták be az érdeklődőket



A Veresi Parasztportán a Veresegyház Katonai Hagyományörző Egyesület tartott egyenruha- és fegyverbemutatót, valamint az I. és II. Világháború egészségügyi kérdéseire derítették fényt



A Veresegyházi Helytörténeti Gyűjtemény a középkori tematikán alapuló kiállításhoz kapcsolódóan szervezett többek között régészeti mini kutatásokat, fűser-növény felismerést, körtánc-tanulást.



Az újonnan megnyílt Betyártanyán olyan korabeli tárgyakat kellett felismerni, mint a pruszlík, a kredenc vagy éppen a rokka.



A Lisznyay Szabó Gábor AMI épületében zenei kvíz, puzzle és pingpongütő segítségével elővezetett ritmusképletek várták a vendégeket.



A Kölcsey Ferenc Városi Könyvtár legfőbb attrakciója egy Janikovszky Éva emlékére kialakított szabadulószoza volt.



A Váci Mihály Művelődési Központban az intézmény egykori igazgatójáról, Sejtes Vendelről emlékeztek meg, majd saját gyártású, Múzeumok éjszakája logós jelvénnel búcsúztak a játékosoktól.



A Veres Art Galériában elhangzó kérdések a legújabb, Kilépő című kiállítás vizsgadarabjaihoz kapcsolódtak.

Arcok a városból – Tóth Judit táncpedagógus-koreográfus „A sok jó energia az mindig sok jó energiát épít”

Tóth Judit táncpedagógussal 2014-ben találkoztam első alkalommal Veresegyházon, majd a Művészetek Völgye Fesztiválán a kapolcsi Muharay Udvarban. A ránézésre törekény, vékony testalkatú mai fiatal nő óriási akaraterevel, rátermettséggel uralja napjainkban is a „világot jelentő deszkát”. Évek óta művészeti vezetője az Urban Verbunk Junior és a Veresegyházi Hagyományörző Népi Együttesnek. Időközben megalakította és sikerre vitte Magyarország első Gyermek Néptánc Színházát, melynek művészeti igazgatója. Tóth Judit széles körben ismert és elismert szakember, akinek a tánc a hivatása, az élete.

Az Urban Verbunk lett az utódegyüttese a Gödöllő Táncegyüttesnek. Kérlek, légy szíves meséld el, hogyan született az Urban Verbunk Junior, a fiatalok együttese? Milyen táncjátékokkal örvendeztetted meg a közönséget?

Nagyon termékeny időszakot éltünk meg az Urban Verbunk táncformációval, de elérkezett az a pillanat amikor döntenem kellett. Gyakorlatilag Moussa Ahmed vitte tovább a felnőtt társulatot, én pedig a tizenéves korosztályt választottam.

Az Urban Verbunk Junior meghatározó produkciója a **Pál utcai fiúklányok** táncjáték volt. Molnár Ferenc népszerű ifjúsági regényének aktuális újragondolását Pál Dániel Levente szakértelmének köszönhetjük. A produkciót Heiger Józseffel közösen koreografáltuk, a zeneszerző Szitha Miklós volt. A történet, a látvány, a díszlet és a jelmezek megálmodása, valamint a dramaturgia – igaz kaptam segítséget – végső soron rám maradt.

A veresegyházi hagyományörzőkkel készítettük el **Dalmalom (Kenyérünnep)** címmel az augusztus 20-i nemzeti ünnephez kötődő előadásunkat. Már ez is egy újszerű koreográfiát tartalmazó produkció, ahol száz főt meghaladó fiatal és az idősebb korosztályhoz tartozó táncos vett részt a műsorban. A veresegyházi bemutatót 2024-ben a Búcsú téri nagy színpadon tartottuk. Minden évben színpadra lépünk egy, a karácsonyi ünnepkörhöz kapcsolódó előadással. Olyan emblemikus darabokat is felújítottunk, mint **A kis gyufaárus lány** és a **Hónap fénye** című produkciókat.



Fotók: Veréb József

Tóth Judit táncpedagógus

Honnan jött az ötlet, mi volt az előzménye a Gyermek Néptánc Színház létrejöttének?

Iglói Éva néptáncos, koreográfus a Gödöllő Táncegyüttes alapítója hozta létre a 2000-es évek elején a Gödöllő Gyermek Táncszínházat, ahol első darabként bemutatásra került a **Hófehérke** című zenés-táncos mesejáték. Számomra ez egy nagyon szép emlék. Az előadás létrejötte bemutatta: hogyan lehet a néptáncból kiindulva egy másik – kortárs – technikával létrehozni értéket képviselő táncelőadásokat. **Tizenéves fiatalok profiként a színpadon. Mi a titka az együttesnek, mi tartja össze a gyerekeket kisiskolás kortól egészen a felnőttkorig?**

Nagyon fontos a szakmaiság és a néptánc szeretete, de én úgy gondolom, hogy elsődleges a közösség megtartó ereje. A mai világon belül Gödöllő kiemelt helyen van

kulturális és sporteseményekben, és ebben a gazdag „tenger-vízben halászatnak a szülők”, hogy mit is válasszanak a gyerekeiknek. Keményen meg kell küzdenünk, hogy a rendkívül kiváló Chopin zeneiskola, a színvonalas sportlétesítményeken belüli lehetőségek – például: a vívás, az úszás és vízilabda, a kézilabda, a ritmikus sportgimnasztika stb. –, a színjátékszók, a táncszínház kínálata mellett mi is vonzóvá tudjuk tenni a néptáncot. Mindezek mellett ott van a mindennapos iskolai követelmény, egyszóval iszonyatos terhet rakunk a gyerekeinkre, gyakorlatilag a mai fiataloknak nincs idejük klasszikus értelemben gyerekek lenni. Mondom mindezt én, aki olyan délutáni foglalkozásokat kínálok, ami nem arról szól, hogy bejönnek a gyerekek és „jól elvagyunk”, hanem itt

is dolgozni kell. Mondhatjuk azt is: ez egy versenystálló. Maguk a gyerekek igénylik a néptáncversenyeken való részvételt, az új koreográfiákat, a folyamatos tanulást és felkészülést. Mi magunk is egy olyan intézmény vagyunk, ahol sok időt várunk el a növendékeinktől. Bízom abban, hogy ez azért is működik, mert látják a szülők: a gyerekek értékes, hasznos időt töltenek itt, jó közösségekben vannak, egyre többet járnak külföldre megmutatni a tudásukat. Országos, regionális szakmai versenyekről elég erőteljes díjakat hoznak haza. Gyakorlatilag a befektetett munka és az idő meg tud térülni. Az idők folyamán több fiatal választotta továbbtanulásnak a táncművészetet, jelenleg is többen felvételiztek, például a Főti Népművészeti Szakgimnázium és Gimnázium néptáncos szakmai képzésére. Én nem szok-



Dalmalom (Kenyérünnep) című táncművészeti előadás



Tomnakay cigány musical

tam senkit presszionálni, noszogatni ebbe az irányba, mert elég sajátos kulturális piaca van Magyarországnak ezen a területen. Kicsi ország vagyunk, sok hivatásos néptánc társulatunk van, ennél fogva nem egyszerű a táncosok megélhetése. Ennek ellenére mindig vannak olyan tehetséges gyerekeink, akik ezt az irányt választják, természetesen nem tértjük el, hanem támogatjuk őket a céljaik elérésében. Nem ritka az sem, hogy a jó képességű, kiváló tánc tudással rendelkező fiatalok polgári foglalkozást választanak – orvosi, jogi, mérnöki pályára lépnek – és később időszakosan visszatérnek ebbe a művészeti közösségbe, bár nem ezt választották hivatásuknak.

Megalakult az Urban Verbunk Alapfokú Művészeti Iskola, milyen előnnyel jár az iskolai rendszerű oktatás?

Nagyon nagy előrelépés volt számunkra miután művészeti iskolává váltunk, például ezáltal több táncművészeti egyetemet végzett pedagógust tudunk főállásban foglalkoztatni. Az irodai munkatársak végzik az adminisztrációs, a jogi és munkaügyi feladatokat, ha ők nem lennének nem tudnánk eredményesen működni. Szinte nincs is olyan pályázat, ahol ne indulnánk.



A mi XX. századunk című zenés történelmi játék



Pál utcai fiúklányok című táncjáték

A Verezegyházi Hagyományörző Népi Együttes minden veresi városi rendezvényen ott van. Idős emberek, mégis fiatalokat megszégyenítő módon kitartanak.

Ha jól belegondolok, az átlagéletkoruk hetven év lehet, ennek ellenére korukat meghazudtoló módon, életvidáman benne vannak minden jóban. Nyitottak, ha valaki közéjük merészkedik és azt a heti két órát velük tölti, a végeredmény: hihetetlen felüdülés. Személyre lebontva tanítom most a fiataloknak a veresi táncokat. Olyan gyönyörű oda-vissza utat nyit meg a két együttes között a közös munka, hogy mind a két helyszínen megtermékenyítő.

Az Urban Verbunk Junior a legtöbb néptánc iskolától eltérő utakon jár. Egy alkalommal az unokám a következőt mondta az édesapjának: Apa, ez az együttes nagyon menő! Örökidő – Gödöllő egykor és ma címmel egy különleges „időutazásnak” voltunk a tanúi, amikor 2026-ban az Urban Verbunk Junior tehetséges fiataljai a legújabb produkciójukkal színpadra léptek. A Gödöllő 60 programsorozat részeként bemutatott előadás a dinamikus táncok és a város múltját bemutató archív képek nagyszerű összhangja által szinte elrepítették a nézőt az egykor volt Gödöllő mindennapjaiba. Elérhetőség: junior.urbanverbunk@urbanverbunk.hu

Veréb József

Arcok a városból – Tóth Eszter, edző

A Majálison és a gyereknapon is nagy sikerrel mutatkozott be a tavaly szeptemberben megalakult Lopakodó Sportegyesület. Vezetője, Tóth Eszter nyolcévesen szerette meg a gimnasztika világát. Akkoriban számos versenyen szerepelt eredményesen, most pedig már lányát, Lorát készíti fel a nemzetközi megmérettetésekre. A sportszakember minden hétfőn és pénteken délután tart edzéseket a Szabadidős és Gazdasági Innovációs Centrumban.

Hogyan emlékszel vissza a gyermekkorodra?

Csodálatos gyerekkorom volt, szerető családban nőttem fel Egerben. Már egészen korán életem meghatározó része lett a sport. Nyolc éves voltam, amikor az egyik osztálytársam édesanyja megemlítette anyukámnak, hogy ritmikus sportgimnasztika edzés indul a városban, lenne-e kedvem csatlakozni. Néhány nappal később már ott találtam magam Bakos Ildi néninél, ő lett a nevelőedzőm. Hamar magával ragadott a légkör: a csillogó ruhaköltemények, szép hajkompozíciók és gyönyörű sminkvilága. Egy év után kiválasztottak versenyzőnek. Rendkívül boldog voltam. Pár hónappal később részt vettem életem első versenyén, ami rögtön egy megyei szintű megmérettetés volt. Akkoriban még nem tudtuk elképzelni, mire lesz elég a tudásunk. Emlékszem, már a verseny kezdete előtt ki voltak helyezve az érme egy asztalra és mi hosszú percekig csak nézegettük, hogy de jó lesz annak, aki majd kap valamilyet. Szabadgyakorlással és kötélgyakorlással indultam. Mindkét versenyszámot megnyertem, és még az összetett versenyt is. Madarat lehetett velem fogatni, annyira örültem. Így kezdődött az életem az esztétikus mozgás világában. Később átkerültem Nádor Katalinhoz és Fügediné Szabó Tímeához, tíz éven keresztül ők egyengették a versenyzői utamat. Az évek alatt számos megyei, területi és országos diákolimpiai bajnoki címet szereztem ritmikus gimnasztikában, szerenkénti és egyéni összetettben egyaránt.

Milyen irányban folytattad a tanulmányaidat?

Érettségi után a Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Tanárképző Főiskolai karára kerültem, testnevelés-rekreáció szakra. Az egyik tanárom javaslatára kipróbáltam magam a fitness versenyek világában. Természetesen ez is magával ragadott, több ponton is összekapcsolódott a szeretett sportágammal. A főiskolai évek alatt, 19 éves koromban lehetőségem nyílt gyerekekkel foglalkozni, közel negyven óvodás és kisiskolás járt hozzám tornázni. Az egy fantasztikus korszak volt az életemben, már akkor is nagyon szerettem velük dolgozni. Minden év végén tartottunk a szülőknek, családtagoknak, barátoknak egy évszázó bemutatót abból, amit a tanév alatt tanultak a gyerekek. A tanulmányaim után szeretnék volna, ha ott maradok Szegeden, de akkor már Budapest felé húzott a szívem. A főiskola alatt többek között fitness - testépítés oktató és kötélugrás oktató edzői képesítést szereztem, utána pedig elvégeztem a



Tóth Eszter és Lora



Tóth Eszter, FitKid versenyzői korszakában

pilates, a kismama jóga, valamint a gerinctorna oktató képzést. A diploma megszerzése után Budapestre kerültem, személyi edzőként és csoportos óraadóként kezdtem dolgozni.

Hogyan kerültél Veresegyházra?

Pár évig Budapesten éltünk, de amikor megszülettek a gyermekeim, mindenképpen szeretnénk volna kiköltözni az agglomerációba, hogy közelebb legyünk a szüleinkhez. Így esett a választásunk 2014-ben Veresegyházra. Az is fontos szempont volt, hogy közel legyen az M3-as autópálya. Ahogy nőttek a gyermekeink, sportolási lehetőséget kerestünk számukra. Úgy hozta az élet, hogy Lora lányom először Budapesten kezdett FitKid-ezni. Ahogy telt-múlt az idő, egyre jobban feléledt bennem a vágy, hogy újra gyerekekkel dolgozzak, köztük a sajátommal is. 2024 decembere óta foglalkozom Lorával. 2025-ben már teljes mértékben én irányítottam a felkészülését, amely rögtön az első évben eredményesnek bizonyult, mivel megnyerte az egyik Európa-bajnokságra válogató országos versenyt FitKid-ben, a Dance kategóriában pedig 3. lett, így mindkét számban indulhatott az Európa-bajnokságon. Ott 7. és 9. helyezést ért el az igen csapnőpes mezőnyben. Az első esztendő nekünk is közös tanulóév volt. Tapasztalatokat gyűjtöttünk és az idei évnél még felkészültebben, elszántabban vágtunk neki, ennek eredményeképpen sorra nyeri az érmeiket az országos és nemzetközi megmérettetéseken.

Milyen céllal alakult meg a Lopakodó Sportegyesület?

Az egyesület egy korábbi, más sportágban jeleskedő sportegyesületünk átalakulásával született meg. Nevet is változtattunk, amely még jobban tükrözi működésünk mentalitását. Így jött létre a Lopakodó Sportegyesület. Egyelőre tanfolyami keretek között zajlik az oktatás, de a későbbiekben szeretnénk majd lehetőséget biztosítani a tehetséges és motivált gyerekeknek, hogy versenyezzenek. Elsősorban a testi egészség fejlesztése a cél, azon belül is az állóképesség, az erő, a hajlékonyság, a koordináció és a helyes testtartás tökéletesítése, a rendszeres mozgás megszerettetése. Ezen felül rendkívül fontos a mentális és érzelmi fejlődés támogatása, az önbizalom, a kitartás, a koncentráció, továbbá a stresszkezelés fejlesztése, a sikerélmények és a fokozatos kihívások által. Célkitűzéseink közé tartozik még a közösségi és a szociális készségek erősítése: csapatszellem, együttműködés és egymás tisztelete.

Márkus Judit

KlimaxKlub – Egy sikeres első félév története

2026. januárban új kezdeményezés indult Veresegyházon: a KlimaxKlub célja az volt, hogy a változókorban lévő nők hiteles információkhoz, szakértői segítséghez és támogató közösséghez jussanak.

Az első félév során hat alkalommal találkoztunk, és minden hónapban egy-egy fontos témát jártunk körül.

Beszéltünk a menopauza hormonális hátteréről, nőgyógyászati kérdésekről, a mozgás szerepéről, a csonttritkulás megelőzéséről, a táplálkozásról, az intim egészségről, valamint a változókor lelki vonatkozásairól.

Külön köszönettel tartozom előadóinknak – dr. Burik Zoltán szülész-nőgyógyásznak, Germ Zsófia dietetikusnak, Zöldi-Kovács Viktória és Mikula Andrea gyógytornászoknak, Vigh Eleonóra gátizomtrénernek és Antal Márta pszichológus hallgatónak –, akik időt, energiát és szakmai tudásukat nem sajnálva álltak a klub mellé. Nemcsak előadásokat tartottak, hanem segítettek eligazodni egy sokszor bizonytalan, kérdésekkel teli életszakaszban, amiért a résztvevők és jómagam is hálásak vagyunk. Az estek nemcsak előadásokról szóltak, hanem kérdésekről, tapasztalatcseréről és közösségépítésről is. Köszönöm mindazoknak a hölgyeknek is, akik bizalmukkal, nyitottságukkal és aktív részvételükkel hónapról hónapra megtöltötték tartalommal ezeket az alkalmakat.

A júniusi záró alkalmon Antal Márta előadásában a menopauzát az emberi fejlődés természetes szakaszaként mutatta be. A résztvevők betekintést kaptak abba, hogyan tekintenek a fejlődéslélektan különböző irányzatai erre az életszakaszra, és hogyan válhat a menopauza nem csupán kihívássá, hanem az önismeret és a bölcsesség időszakává is.



A klub első félévét egy közös sárkányhajózással zártuk, amely egyszerre jelentette a közösség ünneplését és a nyári időszak nyitányát. A „KlimaxDragons” névre keresztelt csapatunk jókedvvel és összhangban szelte a vizet, bizonyítva, hogy ebben az életszakaszban is lehet új élményeket gyűjteni, közösséget építeni és bátran új vizekre evezni.

A közös evezés szimbolikusan is jól kifejezte azt, amit a klub képvisel: együtt könnyebb haladni, együtt könnyebb megélni a változásokat is. A KlimaxDragons legénysége pedig bebizonyította, hogy a változókorú nőkben még bőven van erő, lendület és kalandvágy.

A félév végére egyértelművé vált, hogy a KlimaxKlub valódi igényre válaszol. Ezért a nyári szünet után, szeptembertől új témákkal és új vendégelőadókkal folytatjuk a közös utat. Mert a változókor nem néhány hónapig tartó történet – és jóval könnyebb végigmenni rajta, ha nem egyedül tesszük.

Szeretettel: Mercédesz

Vigh Mercédesz

MultiSport SE elnök, KlimaxFitt edző & coach,
Nordic Walking C-trainer,

MTSZ minősített bronzjelvényes gyalogos túravezető
Facebook:

Vigh Mercédesz – Újrakezdés 40 felett – Klimax Coaching

E-mail: multisport.2112@gmail.com

Mobil: +36 30 2396 961



2026 mottója:

„A mozgás ma még választás, holnap már szabadság. Sportolj ma, hogy a holnapod is a tiéd legyen!” (gyr)



Idegrendszeri stabilitás nélkül nincs alvás

A láthatatlan kapcsoló a pihenés mögött, avagy miért nem jön az álom, ha a testünk még „harcol”?

A múlt hónapban megbeszéltük, hogy a prémium vitaminok és a méregtelenítő folyamatok mit sem érnek minőségi alvás nélkül. De mi van akkor, ha aludni szeretnénk, mégis órákig bámuljuk a plafont, vagy hajnali kettőkor kipattan a szemünk? Az alvás nem egy gombnyomásra induló passzív állapot, hanem az idegrendszer tudatos ritmusváltása. Ha nincs meg a belső stabilitás, a test nem kap „zöld utat” a pihenésre.



Ha egész nap rohantunk, egy kamillatea este 10-kor nem fog csodát tenni.

Nappali mikro szünetek. Ahhoz, hogy az este stabil legyen, napközben is be kell iktatni 2-3 perc csendet, mély lélegzetet. A mikro szüneteket rendszeresen alkalmazva könnyen beilleszthetők a napi rutinba, és csökkentik a kiégést és a koncentrációs nehézséget.

Digitális naplemente. A kék fény az idegrendszer számára azt üzeni: „Dél van,

A gázpedál és a fék harca. Az autonóm idegrendszer felelős a test akaratlan funkcióinak szabályozásáért, mint a légzés, a pulzusszám, az emésztés vagy a testhőmérséklet. Az autonóm idegrendszerünk két fő fázis között ingázik. A szimpatikus (gázpedál – harcolj vagy menekülj) és a paraszimpatikus (fék – pihenj és eméssz). Mindkét részlegnek sajátos struktúrái és eltérő funkciói vannak, amelyek együttműködve fenntartják a test egyensúlyát, és reagálnak a különböző stresszes vagy relaxációs helyzetekre. A modern mindennapok (folyamatos képernyőidő, e-mailek, napi stressz) miatt a „gázpedál beragad”. Estére hiába vagyunk fizikailag holtfáradtak, ha az idegrendszerünk még mindig egy láthatatlan veszélyre reagál.

A biológiai blokk: amíg a szimpatikus tónus dominál, az agy nem engedi a melatonin (alváshormon) termelődését. Az idegrendszer stabilitása valójában azt jelenti, hogy képesek vagyunk időben és zökkenőmentesen „lefékezni”. Mi történik a háttérben?

A kortizol-csapda. Normál esetben a stresszhormon (kortizol) szintje este a legalacsonyabb. Ha tartós feszültségben élünk, a kortizol éjszaka is magasan marad. Ez a hormon szó szerint elnyomja a mélyalvási fázisokat – pont azokat, ahol a múltkor említett máj- és nyiroktisztulás történne.

A hajnali ébredések. Ismerős a hajnali 2 és 3 közötti hirtelen felriadás? Ez gyakran nem a zajok miatt van. A stresszel teli idegrendszer a minimális éjszakai kortizol-ingadozásra is riadót fúj. **Megoldás:** Az idegrendszer „lecsendesítése” a nyári ritmusban. Nem az elalvás előtti 10 perc számít. Az idegrendszer stabilitását nappal alapozzuk meg.

légy éber!”. Kapcsoljuk le a kijelzőket legalább egy órával alvás előtt, hogy a fékrendszer működésbe léphessen. Az idegrendszer egyensúlya nem luxus, hanem az egészségünk alapköve. Engedjük meg magunknak a lassulást. Használjuk ki a júliusi meleg estét arra, hogy a telefonunk helyett a csillagokat vagy a sötétet nézzük. Adjunk időt az idegrendszerünknek megérkezni a csendbe, mert stabil háttér nélkül az alvás csak vágyalom marad.

Esti rituálé ötletek. Fizikai hőmérséklet-váltás: egy langyos vagy hűvös esti zuhany, esetleg az arc lemosása hideg vízzel stimulálja a bolygóideget (nervus vagus). Ez a test legfontosabb paraszimpatikus idegpályája, amelynek izgatása szinte azonnal csökkenti a belső feszültséget.

Agyürítés papírra (Brain Dump): ha este pörög az agyunk a holnapi feladatokon, írjunk le mindent egy papírra. Amint a gondolatok fizikai formát öltenek a füzetben, az agy megnyugszik, hogy az információ biztonságban van, és nem kell tovább éberben tartania a rendszert miatta.

Az augusztusi téma a bél-agy tengely és a stressz alapú emésztési panaszok kapcsolatára fókuszál.

Győry Rita

Személyi edző, 50+Életmódváltó program, BodyRope tréner
Funkcionális szemléletű edzés, FitWalk tréner
NordicWalkind instruktor, Tini-Mini edzések,
Tájfutás gyerekeknek, KLIMAX jóga, Senior tréning
+36 30 509 5084 • Facebook: FittenVeresen

Veresi Rejtély

Városi, szabadtéri nyomozós játék
okos eszközön

Egy játék, amit kötöttségek nélkül párban, családdal, barátokkal, gyerekekkel saját tempóban, időpont egyeztetés nélkül lehet teljesíteni.

Egy játékkóddal az ideális csapatlétszám 2-6 fő.

<https://veresirejtely.hu/>



Veresegyházról a válogatottig

– Markgráf Ákos bemutatkozott a magyar nemzeti csapatban

Június 9-én különleges pillanatnak örülhetett városunk: a magyar labdarúgó-válogatott Kazahsztán ellen játszott felkészülési mérkőzést a debreceni Nagyerdei Stadionban, a kezdőcsapatban pedig helyet kapott Markgráf Ákos is, aki pályafutásának első lépéseit Veresegyházon tette meg.

A találkozó Ákos számára mérföldkőnek számított, hiszen első alkalommal ölthette magára a felnőtt válogatott címeres mezét. A szakmai stáb rögtön komoly bizalmat szavazott neki: bekerült a kezdőcsapatba, és a mérkőzés mind a kilencven percét a pályán töltötte. Markgráf Ákos pályafutása jól példázza, hogy a tehetség mellett a kitartás és a következetes munka milyen messzire vezethet. Futballkarrierje Veresegyházon indult, ahol az egyesület utánpótlásában, Andi Zsolt kezei alatt kezdte bontogatni szárnyait. Ezután megjárta a Vasas Akadémiát, a Gödöllő csapatát is, majd az ország egyik legerősebb utánpótlás-nevelő műhelyében, az MTK Budapest akadémiai rendszerében kapott lehetőséget.

A következő fontos állomást a felcsúti Puskás Akadémia jelentette, ahol tovább csiszolhatta tudását, és fokozatosan a hazai élvonal egyik meghatározó fiatal játékosává vált. Az elmúlt években nyújtott teljesítménye alapján egyre többen számítottak arra, hogy előbb-utóbb meghívót kap a nemzeti csapatba is, a júniusi felkészülési mérkőzés pedig meghozta számára ezt a lehetőséget. A válogatott bemutatkozást követően Ákos nem feledkezett meg arról, hogy honnan indult el az ő pályafutása. A debreceni mérkőzés másnapján ismét a veresegyházi pályára látogatott, ahol a klub fiatal játékosai találkozhattak vele. Mesélt a válogatottban szerzett élményeiről,



Markgráf Ákos



az odáig vezető útról, és természetesen a közös fotók, valamint az autogramok sem maradtak el. A látogatás különleges élményt jelentett a gyerekek számára. Testközelből találkozhattak valakivel, aki ugyanazon a pályán kezdte karrierjét, ahol ők most nap mint nap edzenek, és aki néhány órával korábban még a magyar válogatott mezében képviselte hazánkat. Az ilyen alkalmak erősítik meg igazán a fiatal sportolókat abban, hogy a befektetett munka, a szorgalom és az alázat valóban meghozhatja gyümölcsét.

Markgráf Ákos sikere nemcsak személyes eredmény, hanem büszkeség mindazok számára is, akik részt vettek fejlődésében. Különösen nagy öröm ez Veresegyház számára, hiszen ritka és felemelő pillanat, amikor egy helyi kötődésű játékos eljut a magyar labdarúgás legmagasabb szintjére. A veresegyházi sportközösség joggal lehet büszke arra, hogy Ákos pályafutásának egy fontos szakasza városunkhoz kötődik.

Története inspirációt jelenthet minden veresi fiatal labdarúgó számára, bizonyítva, hogy a helyi pályáról indulva is el lehet jutni a válogatottsáig.

Veresegyház ezúton is gratulál Markgráf Ákosnak a felnőtt válogatottban való bemutatkozásához, és további sikeres pályafutást kíván neki a klubfutballban és a nemzeti csapatban egyaránt.

Laki Barbara

FITNESS

Tóth Lora fitness világbajnoki 6. helyezett

Május 16-án került megrendezésre az IFBB szövetség által megrendezett Magyar Kupa Mogyoródon, melyen Lora 2. helyezést ért el, ezzel kvalifikálta magát a Szerbiában megrendezésre kerülő gyermek fitness világbajnokságra. Ez a verseny június 12-15 között került megrendezésre, számos nemzet részvételével.

Édesanyja szerint (aki Lora edzője is) nagyon szép gyakorlatot mutatott be, ezzel megérdemelten nyerte el a világbajnoki 6. helyezést.

A munkával nem állnak le nyáron sem, új gyakorlat készül, hogy az ősszel a Lengyelországban megrendezésre kerülő Európa-bajnokságon még jobb eredményt érjen el.



ASZTALITENISZ

Galaxis Páratlan páros és családi nap

Tizennégy éve létezik a Galaxis asztalitenisz közösség. Ez alatt az időszak alatt 14 egésznapos, nevezési díjmentes „versenyt”, de inkább közösségi napot rendeztünk már Veresegyházon. Idén 2026 május 30-án (szombaton) a 2. Páratlan páros és családi napon vettek részt városunk amatőr/hobbi asztalitenisz/ ping-pong sportágat szerető lakói a Mézesvölgyi iskola tornatermében, 11+2 minőségi asztalon.

A délelőtti programban a fiúk, lányok és a hobbi felnőttek párosai mérkőztek meg egymással, délután pedig a családi (szülő-gyermek) párosok és a nyílt versenyen a haladó párosok versengtek a dobogós helyekért. Öröndetes, hogy kiemelkedően a legnagyobb nevezési szám a családi párosoknál (szülő-gyermek) érkezett.

Minden induló ingyenes tombolaszelvényt kapott, amivel megannyi, igazán értékes és elképesztően sok nyereményt nyerhettek meg a versenyzők a galaxisos sporttársaink jóvoltából. Nem maradtunk étlen és szomjan sem, sok minden más mellett a rétes „cunaminak”, burgonyás poginak, Túró Rudolf és bandájának köszönhetően.

Eredmények:

Családi Páros: (23 családi páros induló!) 1. Mészár Dávid–Mészár János, 2. Németh Roland–Németh Ádám, 3. Balogh Izabella–Balogh Dániel és Kleszó Dorka–Kleszó Gergely, 5. Jovanovic Doris–Jovanovic Velimir, 6. Sári Kristóf–Sári Attila, 7-8. Darabont Árpád–Darabont Mária és Karsai Dalma–Karsai György, 9-10. Bende Zsófia–Bende-Sinka Krisztina és Tarcsi Ábel–Tarcsi Dániel.



Lány páros: 1. Kleszó Dorka–Karsai Dalma, 2. Jovanovic Doris–Bende Zsófia, 3. Mészár Abigél–Szűcs Eszter és Szepesi-Thaly Kamilla–Szepesi-Thaly Héla.

Fiú páros: 1. Szatmári Zalán–Tarcsi Ábel, 2. Mészár Dávid–Szászák Áron, 3. Sári Kristóf–Szilágyi Csanád és Harsányi Bálint–Futó Lajos Erik.



Felnőtt hobbi páros: 1. Ozsváth-Sarok Ákos–Trudics Péter, 2. Kleszó Gergely–Szepesi Ádám, 3. Kertész Péter–Végh Zsolt és Sallai Attila–Zsuga Péter.



Nyílt páros: 1. Horváth Kálmán–Simon Péter, 2. Ozsváth–Sarak Ákos–Trudics Péter, 3. Dr. Szalay Tamás–Sztranyan János és Sárosdi István–Kajári Balázs.



Különdíjak:

A legkisebb korú lány páros: Müncz Vanda Virág–Darabont Boglárka

A legkisebb korú fiú páros: Mészár Benjámin–Szepesi–Thaly Sámuel

Az igazán „győztes” páros: Tóbiás Barnabás–Újlaki Máté

A juniorok juniorjai: Darabont Mária–Darabont Árpád

A legszorgalmasabban készülő páros: Kleszó Gergelyné Viki–Bíró Imréné Marcsi.

Sporttársaink, aki nélkül nem jöhetett volna létre ez a nap.

Köszönjük szépen! (ABC sorrendben): Anonymus támogatók, Barta Gabriella, Bíró Imréné Marcsi, Birszki Tímea, Darabont Árpád és Bogi, Fekete László, Jovanovic Velimir és családja, Kertész Péter, Király. A. László, Kleszó Gergő és családja, Kukucska Zoltán, Letanóczki István és Gabi, Mészár János és családja, Ozsváth Zsolt, Sallai Attila, Simon Péter, Szaniszló Kata és Müncz Vanda, Szepesi Ádám, Sztranyan János, Tarcsi család, Trudics Péter, Végh Zsolt, Zsuga Péter és a Mézesvölgyi Ált. iskola/Veresegyház Város önkormányzata biztosította a termet.

Letanóczki István

SZINKRONÚSZÁS • FŐNIX SC.

Lányaink sikere a Duna Arénában

2026. május 23-án. Budapesten a Duna Arénában megrendezett versenyen a Főnix SE veresgyházi szinkronúszói, akik a zenés és zene nélküli (kötelező) versenyszámokban indultak, nagyon szépen szerepeltek.

Év közben a szárazföldi és a vízi edzéseken nagy elszántsággal erre készültek.

Versenyzők és eredmények:

Kötelező egyéni: **Kádár Emília** (3.hely)

Egyéni: **Debreczeni Zita** (1.hely), **Simándi Viola** (1.hely)

Páros: **Cseri Lilla – Marx Léna** (1.hely), **Bátori Lelle – Papp Alexa** (1.hely)

Négyes: Debreczeni Zita - Gerhát Szofia - Menyhárt Zselyke - Varga Julianna (1.hely),

Deák Sára - Kácser Kinga - Kovács-Bőr Netti - Mihálydeák Rózsa (2.hely)

Vegyes kombi: Debreczeni Zita - Gerhát Szofia - Kácser Kinga - Kovács-Bőr Netti - Menyhárt Zselyke - Mihálydeák Rózsa - Varga Julianna (1.hely)

Vezető edző: Gusztos Zsuzsanna

Felkészítő edzők: Marx Luca, Szalai Luca, Varga Virág



HEGYIKERÉKPÁR

Hegyikerékpáros szezon

Hegyikerékpárosaink szezonja június 6-án a Vértesben, Vértesbogláron folytatódott a Maraton Challenge 4. futamával. Rövid távon a Master 3 korosztályban, egy meglehetősen erős mezőnyben, **Liszi-csán Zoltán** a 14., míg **Bán Tamás** a Master 2-ben 25. helyen végzett.

Az egy héttel később megrendezett XCM Pro Tour 3. állomásán, Nagykovácsiban, (mely egyben országos bajnokságnak is minősült) Tamás a 21., Zoli a 15. helyen ért célba.



A Smaragd SE-től a világbajnokságig

A WUSV (német juhászkutya) Agility világbajnokságon, Hollandiában, Barnák Szilvia és Akela, a Smaragd SE versenyzői fantasztikus eredményeket értek el. Hét futamból hét értékelhető teljesítés, négy hibátlan futam, két futamgyőzelem, A1-es összetett győzelem, Best of 3 Agility Courses A1 cím (az A1 az agility első hivatalos versenyszintje), világbajnoki finálé és a döntőben megszerzett 10. helyezés – mindez első nemzetközi világversenyükön. A magyar csapat tagjaként az 5. helyhez is hozzájárultak. A számok azonban csak egy részét mutatják meg annak, amit ez a hétvége jelentett. Arról beszélgettünk Szilvivel, hogyan élte meg pályán és pályán kívül a világbajnokságot.

Milyen érzésekkel érkeztl meg Hollandiába?

Nagyon örültem a kalandnak, pláne, hogy a családom is velem tartott, de azért erős imposztor-szindrómával érkeztem magára a versenyre. „Mit keresek én egy világbajnokságon?”

Mit jelent számodra az A1-es összetett győzelem? Mit éreztél, amikor hivatalossá vált a fináléba jutásod?

Nekem nagyon szimpatikus, hogy ezen a versenyen minden versenyző a saját kategóriájában versenyezhet, így a kevésbé tapasztalt párosoknak is van lehetőségük a megmérettetésre. Így A1-esként mi is részt tudtunk venni a világbajnokságon, ami ritkaságszámba megy. Mindkét eredménynek nagyon örültem, de talán még fontosabb volt az a visszaigazolás, hogy nemcsak a csapat és a közös élmény miatt volt érdemes elutazni, hanem valóban helyünk volt ezen a világbajnokságon.

A szintes pályák milyenek voltak az itthoni pályákhoz viszonyítva?

Teljesen korrekt, szinteknek megfelelő pályákat kaptunk. Nem éreztem azt, hogy direkt németjuhász méretekhez lett volna igazítva. A fináléban volt az az érzésem, hogy van tér bőven és hogy nagyobb kifizési lehetőséget kaptak néhol a kutyák.

Milyen érzés volt a finálé rajtjához odaállni? Miben volt más ez a pálya, mint az addigiak?

A válogató futamok a korábbi versenytapasztalatainkhoz erősen hasonló pályákon történtek, így az ismerős helyzetnek hála nem aggódtam feleslegesen, tudtam kizárólag a feladatra koncentrálni, megvolt a fókusz. Ráadásul olyan gyors egymásutánban következtek a napi futamok, hogy időm se lett volna izgulni. A vasárnapi utolsó futam és a finálé között viszont már elegendő idő eltelt ehhez. Nagyon nagyra tűnt az a stadion, hatalmas volt a forróság és a pára, érzésre a fű is hosszabb volt, mint a korábbi pályán. Sajnos az előző napi pólóvizezés nem jutott eszembe a finálé előtt, pedig valószínűleg a hűtés sokat dobott volna az energiaszintemen. Egész sokan voltak a lelátókon, a csapatom és családom is drukolt nekem és mint kiderült, a magyar IGP csapat is eljött minket megnézni. Izgultam. Akela is érezte, máshogy viselkedtünk mindketten, mint az előző futamok során. A válogató összes futamánál – engem is meglepve – minden zokszó nélkül első szóra feküdt le az első akadály előtt. De a finálénál ez nem jött össze, többször kellett szólnom neki mire végre lefeküdt. Nem annyira figyelt rám, a lelátót méregette közben. Amikor már futni kellett, akkor szerencsére fel tudtam hívni magamra a figyelmét és visszatért a fókusz.

A pálya nehézsége valahol az A2 környékén lehetett. Rögtön az elején volt benne egy olyan kombináció, amit layerezve lehetett



Barnák Szilvia és Akela

szépen megoldani. Ez volt az egyetlen szakasz a hétvége során, aminél kellett egy nagy levegőt vennem és bevállalnom, hogy talán nem fog összejönni a küldés. Végül ügyesen megugrottuk és emiatt nagyon büszke vagyok magunkra. (A „nem úgy jön össze” lehetősége így is mindig ott lebeg a levegőben és sokszor be is jön, korrigálni kell. De ritka az, amikor tudatosan vállalkozok kockázatot a futam során.)

Milyen volt a hangulat a magyar csapatban?

Jó érzés volt a csapat tagjának lenni. Drukoltunk egymásnak, futamra jövetmenet mindig kaptam néhány biztató gondolatot, ami nagyon jól esett. Pláne, hogy nekem nagyon új volt még ez az egész helyzet. Nagyon tetszett, ahogy esélyeket latolgattunk, számítottunk a csapateredményeket. A vicces az, hogy én a futamokat nézve, országoktól függetlenül, mindenkinek drukoltam a kritikusabb szakaszokon és mindig valahogy

utólag jutott eszembe, hogy egyébként ez egy verseny.

Mit viszel magaddal ebből a versenyből a jövőre nézve? Megváltoztatott valamit benned ez a világbajnokság?

Az edzéseink és az itthoni versenyek során elég sokféle/fajta kutyát látok az agility pályán, de német juhászkutyát viszonylag keveset. Az egyik célom az volt ezzel az utazással, hogy megláthassam, hogy miket lehet velük elérni, mit lehet belőlük kihozni az agility kapcsán egy tapasztalt felvezetővel és hogy mi hol állunk ebben a tanulási folyamatban. Fantasztikus párosokat láthattunk, gyors és pontos felvezetők villámgyors, okos kutyákkal. Megadta az inspirációt számomra a következő hónapok, évek munkájához és sikerült meghatároznom a következő elérendő kisebb célokat, lépcsőfokokat, amik mentén szeretném fejleszteni magam.

Én hiszem, hogy ha Akela egy rutinos ember kezei közé került volna annak idején, akkor már évekkorábban fantasztikus eredményeket érhetett volna el. Ő azonban engem kapott. Velem járja végig türelmesen az összes tanulási fázist, és ezért végtelenül hálás vagyok neki. Igyekszem minden nap fejlődni, hogy ő is megmutathassa, mire képes valójában.

Szilvi és Akela számára a WUSV Agility Világbajnokság nemcsak eredményekről szólt, hanem tapasztalatszerzésről, közös élményekről és annak bizonyításáról, hogy nemzetközi szinten is helyük van a legjobbak között. Az elért eredmények önmagukért beszélnek, de talán ennél is többet mond az, hogy minden futamukat érvényesen teljesítették. Biztosak vagyunk benne, hogy ez még csak a történet kezdete.

Csányiné Gombár Éva Krisztina

Az Országos Sakk Csapat Diákolimpia végeredménye

2026. június 5-7. között, a Szombathelyen megrendezett Országos Sakk Csapat Diákolimpián iskolánk két lány csapattal képviselte Pest vármegyét. Az alsós, I.-II. korcsoportos lányok csapatversenyén a **Hajdu Izabella** (4.g), **Tóth-Fehér Júlia** (4.g), **Karosi Réka** (2.f) és **Bebesi Boglárka** (4.g) összeállítású sakkcsapat a 10. helyen zárt.

A felsős, III.-IV. korcsoportos lány csapatversenyen **Gyócsi Mia** (7.b), **Lázár Dóra** (6.h), **Lázár Ada** (8.e) és **Rabóczki Blanka** (7.g) képviselték iskolánkat. A harmadik fordulót követően az ötödik helyen álltak, később azonban hátracsúsztak a huszadik helyre. A legjobban a játék ezúttal Hajdu Izabellának, 4.g osztályos tanulónknak ment, nyolc játszmájából hetet megnyert, csupán a harmadik fordulóban döntetlenezett. Eredményével a második legjobb eredményt érte el az első táblán!

Felső lány csapatunk első táblása, Gyócsi Mia is remekül játszott, 7 játszmából négy győzelmet aratott, az utolsó, nyolcadik fordulóban is sikerült előnybe kerülnie, de végül megfordult a játszma.

Csapatunk minden tagja hatalmasat küzdött, versenyzőink több játszmában is előnybe kerültek, de sajnos nem mindig sikerült jobb állásainkat pontokra váltani.

Nemzeti Diákverseny Sorozat döntő, Budapest

Ifj. Sternbinszky Donát, a Fabriczius József Általános iskola 1.c osztályos tanulója, a Nemzeti Diákverseny Sorozat döntőjén sakk sportágban bronzérmet nyert.

A Klauzál Gábor Budafok-Tétényi Művelődési Központ falai között 2026. június 13-án megrendezett hétfordulós svájci rendszerű sakkversenyen Donát 5 pontot szerzett és megérdemelten állhatott fel a huszonnégy fős mezőny dobogójának harmadik fokára.

Felkészítő tanár: Breitenbach Zoltán



III-IV. korcsoportos csapat



I-II. korcsoportos csapat



Sternbinszky Donát

Szabó Zétény: országos bajnoki ezüst

Nagyszerű eredmények az U16-os Összetett (nyolcpróba), és az U18-as egyéni országos bajnokságon, Győrben június utolsó hétvégéjén.

Szabó Zétény 4790 ponttal, 15 ponttal lemaradva az első helyezettől ezüstérmet szerzett.

Tóth-Vári Regina a távolugrás selejtezőjében ugrott hatalmas egyéni csúcsával, 545 cm-rel döntőbe jutott, ahol a hetedik helyet szerezte meg. Ugyanúgy döntőbe került gerelyhajításban is és ott is egyéni csúccsal, 36.48 cm-rel a 6. helyen végzett. 100 gáton pedig 10. helyen ért be, szintén egyéni legjobbjával.

Soós Vivien távolugrásban szerzett 10. helyet egyéni csúcsával, 512 cm-rel!

Felkészítő edző: Szalma Róbert



Szabó Zétény

KARATE

Shitokai Hungary a Sport Shito-Ryu világ- és Európa-bajnokságon

Mozgalmas és eredményes hétvégén vagyunk túl a Monoron megrendezett Sport Shito-Ryu világbajnokságon és Európa-bajnokságon, ahol a Shitokai Hungary versenyzői ismét bizonyították felkészültségüket, küzdőszellemüket és elkötelezettségüket. A három versenynap alatt sportolóink számos értékes helyezést és érmet szereztek, miközben több versenyzőnk életében először léphetett nemzetközi tatamira, és kiváló tapasztalatokkal gazdagodott. A versenyek nagyszerű küzdelmeket és rengeteg emlékezetes pillanatot hoztak.

VILÁGBAJNOKSÁG EREDMÉNYEI

II. hely: Csabai Aletta – Kadet lány kumite -48 kg, Márton Sándor – Junior fiú kumite -72 kg

III. hely: Keresztes Alex – Kadet fiú kumite +67 kg, Márton Balázs – Kadet fiú kumite -67 kg

Sztruhár Lilien – 12-13 éves lány kumite -48 kg, Sárközi-Plichta Jakab – 12-13 éves fiú kumite -50 kg, Fülöp Dóra – Kadet lány kumite +55 kg, Falusi Marcell – Férfi kumite +80 kg

EURÓPA-BAJNOKSÁG EREDMÉNYEI

I. hely: Márton Sándor – Junior fiú kumite -72 kg

III. hely: Csabai Aletta – Kadet lány kumite -48 kg, Keresztes Alex – Kadet fiú kumite +67 kg

Sárközi-Plichta Jakab – 12-13 éves fiú kumite -50 kg, Motsilnik Erik – Fiú kata 5-7 éves, Szendrői Balázs – Kadet fiú kata (6 kyu-ig), Szilágyi András – Kadet fiú kata (6 kyu-ig)

Koczka Benedek – Kadet fiú kumite -55 kg.

5. hely: Wágner Dávid, Maros Anna, Keresztes Bianka

A hétvége nemcsak az érmekről szólt. Büszkéek vagyunk minden versenyzőnkre, akik vállalták a megmérettetést, tisztelettel léptek tatamira, és a karate-do szellemiségét képviselték a verseny teljes ideje alatt. Köszönjük a szülőknek, az edzőknek, a bíróknak és minden segítőnek azt a munkát, amely nélkül ezek az eredmények nem születhetnek volna meg. Külön köszönet illeti a családtagokat és szurkolókat is, akik a helyszínen vagy otthonról támogatták versenyzőinket.

A Shitokai Hungary összesített mérlege a hétvégén: 1 Európa-bajnoki aranyérem 2 világbajnoki ezüstérem 20 bronzérem. Ez összesen 23 dobogós helyezés egyetlen hétvége alatt, ami kiváló visszaigazolása a sportolók, az edzők és a klubok egész éves munkájának. Gratulálunk minden versenyzőnek, edzőnek és klubnak az elért eredményekhez!

A Shitokai Hungary ismét méltó módon képviselte Magyarországot, a Shito-ryu hagyományait és a karate-do értékeit.

Oss!

Szalay Zsolt

RÚDAKROBATIKA

Hatalmas veresegyházi siker nemzetközi bajnokságon

Kiemelkedő eredményt ért el Mikó Noémi, a veresegyházi Pink Panther Pole Fitness versenyzője, aki a Pole and Aerial ART Hungary Nemzetközi Bajnokságon olyan teljesítményt nyújtott, amelynek köszönhetően kvalifikációt szerzett a novemberben Budapesten megrendezésre kerülő Pole and Aerial ART World Cup világkupára. Az eredmény értékét tovább növeli, hogy Noémi mindössze élete harmadik versenyén lépett színpadra.



Mikó Noémi

A fiatal sportoló rövid idő alatt hatalmas fejlődésen ment keresztül, és már most bebizonyította, hogy a sportág legígéretesebb versenyzői közé tartozik. A nemzetközi bajnokságon bemutatott gyakorlata technikai felkészültségével, magabiztos előadásmódjával és művészi kifejezőerejével egyaránt lenyűgözte a zsűrit. A siker mögött hosszú hónapok kitartó munkája áll. Noémi felkészítője, Palkovics Kata, aki szakmai tudásával és elhivatottságával segítette versenyzőjét a felkészülés minden szakaszában. Az edzéseken végzett következetes munka, a részletekig kidolgozott koreográfia és a versenyre való tudatos felkészülés meghozta gyümölcsét, hiszen a kiváló szereplés világbajnoki kvalifikációt eredményezett.

A felkészülés a veresegyházi Pink Panther Pole Fitness stúdióban zajlott, amely az elmúlt években egyre meghatározóbb szerepet tölt be a pole sport hazai életében. A klub számára különösen nagy büszkeség, hogy versenyzőjük ilyen rövid idő alatt ilyen rangos eredményt ért el, és lehetőséget kapott arra, hogy a világ legjobbjai között mutassa meg tudását.

A novemberi budapesti világkupán a nemzetközi mezőny legkiválóbb sportolói mérik össze tudásukat, így Noémi számára ez újabb hatalmas kihívást és egyben óriási lehetőséget jelent. Mikó Noémi sikere nemcsak saját sportolói pályafutásának fontos mérföldköve, hanem Veresegyház számára is büszkeség. A fiatal versenyző példája megmutatja, hogy szorgalommal, kitartással és megfelelő szakmai támogatással rövid idő alatt is kiemelkedő eredményeket lehet elérni.

A veresegyházi sportközösség most izgatottan várja a novemberi világkupát, ahol Noémi már a nemzetközi élmezőny tagjaként képviselheti városát és Magyarországot.

FANTASZTIKUS ÁRAK!
30-40-50% KEDVEZTMÉNYEK

MINŐSÉGI ÉS GAZDASÁGOS ELEDELEK,
 JUTALOMFALATOK, KIEGÉSZÍTŐK SZÉLES
 VÁLASZTÉKÁVAL VÁRJUK
 VERESÉGHÁZON ÉS ERDŐKERTESEN!

Foresto **Kiltix** **FRONTLINE COMBO** **FRONTLINE SPOT ON**

PURINA GOURMET **Friskies** **felix** **ONE** **LECHAT EXCELLENCE**

PreVital **SHELMA** **RENO** **CSIRKE-MÁJ** **Dax** **Simba** **Pedigree**

8 kg 7699 Ft - 30%
 12 x 85g 2199 Ft
 12 x 85g 1399 Ft - 30%
 415g 229 Ft
 85g 159 Ft - 50%
 1kg 429 Ft - 40%
 10 kg 2790 Ft + AJÁNDÉK
 3kg junior Opt. Life Marha 1499 Ft - 50%
 Csirke-máj 1240g 529 Ft
 Csirke-máj 415g 199 Ft - 35%
 300g Paté 289 Ft

Üzleteink: Veresegyház, Erkel Üzletház (PEPCO-val szemben) és Erdőkertes, Fő u. 22.

Az akciós árak a készlet erejéig érvényesek.

Szinte láthatatlan hallókészülék az Audikától

A valóságnak megfelelő méret!
 A képen látható prémium hallókészülék nem TB-támogatott.



Kötelezettségmentes hallókészülék próbahordás
Bejelentkezés: +36 20 662 4805

Audika Halláscentrum Veresegyház, Fő út 35.
 Hétfő: 08:00-16:00, Kedd - Csütörtök: 08:00-15:30, Péntek: 08:00-16:00

Audika



FODRÁSZAT!
BEJELENTKEZÉS NÉLKÜL!

LIGET HAIR SALON



HAJVÁGÁS
NŐI - FÉRFI - GYERMEK

Veresegyház – Budapesti út 1/B
Dunakeszi – Szent István út 30.
Gödöllő – Remsey Krt. 23. – Hajfestés is!

Nyitva tartás: H-P: 9:00 – 20:00 Szo: 9:00 – 18:00

REDŐNY, SZÚNYOGHÁLÓ,
RELUXA,
MŰANYAG NYÍLÁSZÁRÓK
 10 év gyártói garanciával,
 UTOLJÁRA
 40% kedvezménnyel 2026.07.31-ig!

Ingyenes felmérés,
 gyors kivitelezés, kedvező áron!
06 70 277 3807
info@ablakprofessor.hu



**Ablak
Professor**

AUTÓFELVÁSÁRLÁS
0-24



KIS TEHERAUTÓ
SZEMÉLYGÉPJÁRMŰ
VÁROSI TEREPIJÁRÓ
MINDENFÉLE AUTÓ ÉRDEKEL!

- MŰSZAKI HIBÁS! AKÁR MÉG MA MEGVESZÜNK!
- SOK KILOMÉTERES! AZONNALI KÉSZPÉNZ!
- LEJÁRT OKMÁNYOS! 4 PÉLDÁNYOS ADÁSVÉTELIVEL
- FÉK HIBÁS! GARANCIA NÉLKÜL • TÓRÓTT, ROZSDÁS IS JÖHET!
- MOTORHIBÁS! INGYENES KISZÁLLÁSSAL!


+36 70 638 3001

TPG
BIZTONSÁGTECHNIKA

RIASZTÓ
RENDSZEREK



KAMERA
RENDSZEREK



TÁVFELÜGYELET





- RIASZTÓ RENDSZEREK
- BELÉPTETŐ RENDSZEREK
- TÁVFELÜGYELET

- KAMERA RENDSZEREK
- TŰZJELZŐ RENDSZEREK
- BIZTONSÁGI SZAKÉRTÉS

BIZTONSÁGTECHNIKAI RENDSZEREK

- tervezése
- kivitelezése
- karbantartása
- javítása
- üzemeltetése







Irodánk: 2112 Veresegyház, Budapesti út 5.
 (a Gombai Cukrászdától 70 m-re)

 **+36-30/31-19-777**
 **info@tpgbizt.hu**



SMARAGD SE
www.kutyaiskola-veresegyhaz.hu

Leszák Melinda
06-20/9673-340



Engedelmes tanfolyamok (klikkeres kiképzés)

Agility (kezdőtől a versenyző szintig)

Kutya Fizioterápia (rehabilitáció, izomerő növelés)

Frisbee (távolsági, freestyle, quadrupet)

Bikejöring (kutyás terepkerékpározás)

Canicross (kutyás terepfutás)

www.kutyaiskola-veresegyhaz.hu

**ÉRTESÜLJÖN AZONNAL
LAPUNK MEGJELENÉSÉRŐL!
IRATKOZZON FEL**

A VERESI KRÓNICA
EGYÜTTMŰKÖDŐ PARTNER **VERESIKRONIKA**

 **Hírnők HírM@il LISTÁRA**
www.hirmail.hu
ÉS ÉRTESÍTÉST KAP A MEGJELENÉSÉRŐL!
HírM@il – HÍREK ÉS AJÁNDÉKOK!

GÉPI FÖLDMUNKA 
ÚT- ÉS KÖZMŰÉPÍTÉS 
ÉPÜLETBONTÁS 
KONTÉNERES HULLADÉKSZÁLLÍTÁS 
KÖZÜZALÉKOK ÉRTÉKESÍTÉSE 

**TRANS
MOTORS**

+36 20 9 547 647
info@transmotors.hu
www.transmotors.hu

Hirdessen
a Veresi Krónikában
VERESEGYHÁZ VEZETŐ LAPJÁBAN!
Velünk sikeres lesz!
8200 PÉLDÁNY, KEDVEZŐ ÁR

Bővebb információ:
veresikronika@veresegyhaz.hu • 30 9304 831

 **VILLANYSZERELÉS**
Mérőhely kiépítés, érintésvédelmi mérések,

HORVÁTH ISTVÁN ZOLTÁN e.v.
Regisztrált villanyszerelő
Villamos biztonsági felülvizsgáló
Gépészmérnök

SZOLGÁLTATÁSOK:
Lakás, családi ház, üzlet, iroda teljeskörű villanyszerelése.
Teljesítmény bővítés, mérőhely kiépítés, ELMŰ ügyintézés.
Villamos biztonsági felülvizsgálat, érintésvédelmi mérések, ingatlan adás-vétel villamos felülvizsgálat, EPH jegyzőkönyv.

+36 70 410 2332
 **horvathvillbau.hu**
 **info@horvathvillbau.hu**
Veresegyház és térsége

 **Veresbeton Kft.**

Tájékoztatjuk tisztelt partnereinket és vásárlóinkat, hogy
betonüzemünk bővített árukészlettel és új árakkal várja
megrendeléseiket

Telefonszámunk: 06 70 941 3709

- ✓ Földnedves és mixer beton
- ✓ Oszályozott mosott kavics többféle frakcióban
- ✓ Homok
- ✓ Zsákos cement
- ✓ Kedvező, megújult árak
- ✓ Nagyobb mennyiség esetén egyedi kedvezmény



Címünk: Veresegyház, Hajó utca 2.
Email: veresbeton@gmail.com

veres 
színház

QUIMBY

★ *Mézesvölgyi* 
♪ **10. Nyár** 
2026★

AUGUSZTUS 8., 20:00

VERESEGYHÁZ MEZESVOLGYINYAR.HU

