

ÜLLÉS

XXVII. évfolyam 1. szám 2021. január

Körkép



**KARÁCSONYI
FOCIKUPA
DECEMBER 11.**

**ADVENTI
GYERTYAGYÚJTÁS
DECEMBER 20.**



**ÜLLÉS
NAGYKÖZSÉGÉRT
ÉRDEMÉREM
ÁTADÁSA
DECEMBER 23.**

**KUPAKGYŰJTŐ
SZÍVECSKE
KIHELYEZÉS
JANUÁR 15.**



A LAKOSOK SZÁMÁRA FONTOS KÖZÉRDEKŰ ELÉRHETŐSÉGEKET A KÖRKÉP BETÉTLAPJA TARTALMAZZA!

ÖNKORMÁNYZATI DÖNTÉSEK

Magyarország Kormánya 478/2020.(XI.3.) Korm. rendeletével ki-hirdetett veszélyhelyzetre tekintettel, a katasztrófavédelemről és a hozzá kapcsolódó egyes törvények módosításáról szóló 2011. évi CXXVIII. törvény 46. § (4) bekezdése által biztosított jogkörben és az Üllés Nagyközségi Önkormányzat Képviselőtestületének hatáskörében eljárva a következő döntéseket hoztam:

2020. december 15-i nyílt döntést hoztam:

A helyi önszerveződő közösségek 2020. évben fel nem használt pénz-ügyi támogatásának 2021. évre történő ütemezéséről.

2021. január 11-én rendeletet alkottam a Képviselő-testület és szervei szervezeti és működési szabályzatáról szóló 16/2019. (XI. 13.) önkormányzati rendelet módosításáról.

2021. január 20-i nyílt döntést hoztam:

- a 2021. évi járási startmunka mintaprogram benyújtásának támogatásáról,
- az Üllés Nagyközségi Önkormányzat Közbeszerzési Szabályzatának 3. sz. módosításáról,
- Üllés Nagyközségi Önkormányzat 2021. évi közbeszerzési tervéről,
- a 2019. évi maradvány korrekciójáról,
- az Üllés Nagyközségi Önkormányzat Tanyagondnoki Szolgáltatás I-III. számú tanyagondnoki körzetek Szakmai Programjának módosításáról.

Zárt döntést hoztam a Mórahalmi Rendőrőrs őrsparancsnoki véleményezéséről, melyben támogattam Dobó Attila r. százados őrsparancsnok kinevezését.

Az előterjesztések a <http://ulles.hu/kepviselotestulet/kepviselotestuleti-ulesek-anyaga-eloterjesztesek/2020-ev>, és [http://ulles.hu/kepviselotestuleti-ulesek-anyaga-eloterjesztesek/2021-ev](http://ulles.hu/kepviselotestulet/kepviselotestuleti-ulesek-anyaga-eloterjesztesek/2021-ev) anyilttémájú határozatok a <http://ulles.hu/kepviselotestulet/kepviselotestuleti-jegyzokonyvek/2020-kepviselotestulet-jegyzokonyvek> és a <http://ulles.hu/kepviselotestulet/kepviselotestuleti-jegyzokonyvek/2021-kepviselotestulet-jegyzokonyvek>, a rendelet a <http://ulles.hu/rendeletek> link alatt.

Nagy Attila Gyula
polgármester

KONYHAI HÍREK

Tájékoztatom a Tisztelt Lakosságot, hogy az Üllési Önkormányzati Konyha

nyitvatartási ideje: **hétfőtől péntekig: 7-15 óra.**

A februári térítési díj befizetésének időpontja:

február 1-10 7-14.00 óra között

Pótbefizetés:

február 25-én, csütörtökön 7-14.00 óra között

Ebédkiadási időpont:

hétfőtől – péntekig 11.30 – 14.00 óráig

Ebéd rendelésre, lemondásra előző nap 12 óráig van lehetőség.

Kérjük az időpontok betartását, mert egyéb napokon a pénztár zárva tart!

Továbbá tájékoztatjuk Önöket, hogy lehetőség van az étkezési térítési díjak átutalással, illetve bankkártyával, SZÉP kártyával történő megfizetésére.

Kérjük Önöket, hogy amennyiben erre lehetőség van, készpénzes helyett – a fenti fizetési módokat részesítsék előnyben.

Konyha telefonszáma: 30/324-7590, (nyitvatartási időben hívható)

e-mail: konyha@ulles.hu

Fodorné Bodrogi Judit
konyhavezető

TISZTELT ADÓZÓK!

A koronavírus-világjárvány nemzetgazdaságot érintő hatásának enyhítése érdekében szükséges egyes intézkedésekről szóló 639/2020. (XII. 22.) Korm. rendelet (a továbbiakban: Korm. rendelet) 2. § (4) bekezdése szerint a Korm. rendelet szerinti mikro-, kis- és középvállalkozó abban az esetben jogosult a 2021. évben esedékes – a Htv. szerint bevallott és a 2021. évben az önkormányzati adórendelet szerinti adómértékkel bevallandó – adóelőleg 50 százalékát fizetni, ha az ott rögzített nyilatkozatot **2021. február 25-ig megteszi.**

A nyilatkozat nem pótolható február 25. után, így ezen esetekben a vállalkozó a teljes összegű előleget köteles megfizetni.

A Korm. rendelet 2. § (6) bekezdése alapján az adóelőleg 50 %-ának megfizetéséről szóló **nyilatkozatot kizárólag az állami adó- és vámhatóságon keresztül, elektronikus úton, az állami adó- és vámhatóság által rendszeresített elektronikus nyomtatványon lehet benyújtani, a NAV pedig továbbítja ezt a nyilatkozatot tevő vállalkozó székhelye és a NAV-nál nyilvántartott telephelye(i) szerinti önkormányzati adóhatóság számára.**

Az előleg-kedvezmény feltétele a 639/2020. (XII. 22.) Korm. rendelet 2. § (4) b) pontja szerint az, hogy a **telephely-adatot is be kell jelenteni**, mégpedig a Korm. rendelet (5) bekezdése szerint **az állami adó- és vámhatóságon keresztül. Amennyiben ezt nem teszi meg az adózó és van telephelye, akkor nem jogosult az előleg-kedvezményre a telephelyén.**

Ahhoz tehát, hogy a vállalkozó a 2021. évben csak az adóelőleg 50 %-ának megfizetését lehetővé tevő „adókönyvtésre” jogosult legyen az is szükséges, hogy az annak feltételül szolgáló, február 25-ig benyújtandó nyilatkozatot elektronikus úton nyújtsa be a NAV számára. Az az adóalany tehát aki ezt az adókönyvtést igénybe kívánja venni, de nem rendelkezik elektronikus kapcsolattartási elérhetőséggel ezen időpontig ezt ki kell, hogy alakítsa. Tehát **az őstermelők is** kötelesek elektronikus úton benyújtani a NAV felé a nyilatkozatot.

Azon KATA adóalanyok, akik az iparüzési adóban a tételes adót választották 2021-ben nem előleget, hanem adót fizetnek. A tételes iparüzési adót választó KATA alanyok esetében az általuk beadott bejelentkezés/változás bejelentés alapján az adóalapjuk 2,5 millió forint és az adó mértéke 2021-ben 1%, vagyis esetükben nincs szükség semmilyen nyilatkozatra, az önkormányzati adóhatóság 2021. évre vonatkozóan hivatalból állapítja meg az éves 25 000 forint fizetendő adót (12 500 forintot márciusi 15-ei esedékességgel, 12 500 forintot szeptemberi 15-ei esedékességgel).

KATA adóalanyok körében tehát nincs szükség nyilatkozatra, automatikusan érvényesül a csökkentés, azzal a kitéttel, hogy az adóhatóság nem állapít meg semmiféle adót, lévén önadózás van.

Kérem tehát, hogy a Korm. rendeletben előírtak szerint szíveskedjenek a nyilatkozatot a NAV felé elektronikus úton benyújtani február 25-éig ahhoz, hogy a 2021. évi iparüzési adó előleg-kedvezményt érvényesíteni tudják.

Dr. Borbás Zsuzsanna jegyző

TISZTELT LAKOSOK, TISZTELT VÁLASZTÓPOLGÁROK!

Értesítem Önöket, hogy a minden hónap első hétfőjén esedékes alpolgármesteri fogadóra **2021. februárban is ELMARAD.**

telefonszámom: 06/30/382-1322,

e-mail címem: penztarkonyv@gmail.com

Juhász Attila alpolgármester

BEJELENTÉSI KÖTELEZETTSÉG

A méhállományok védelméről és a mézelő méhek egyes betegségeinek megelőzéséről és leküzdéséről szóló 70/2003. (VI. 27.) FVM rendelet 2. § alapján **a méhészkedést (méhtartást) minden év február végéig, az újonnan kezdett méhészkedést pedig e tevékenység megkezdésétől számított nyolc napon belül kell bejelenteni** a méhek tartási helye szerint illetékes települési önkormányzat, fővárosban a kerületi önkormányzat jegyzőjénél, aki a méhészt nyilvántartásba veszi, és a nyilvántartást folyamatosan vezeti. Amennyiben a méhek állandó tartási helye nem a méhészlakóhelyével összefüggő területen (udvarban, kertben stb.) van, a méhészt köteles a méhek tartási helyén a nevét, lakcímét, telefonszámát, a tartási helyen lévő méhcsaládok számát egy legalább 40x30 cm nagyságú táblán jól látható módon feltüntetni.

A méhészkedést bejelentő űrlapot a Polgármesteri Hivatal műszaki pályázati irodájában igényelhető és adható le.

Dr. Borbás Zsuzsanna jegyző

HULLADÉKGYŰJTÉS

Tájékoztatatom a Tisztelt Lakosságot, hogy az ingatlan elől történő **SZELEKTÍV HULLADÉK** elszállítás az alábbiak szerint alakul:

Szállítási napok: 2021. február 9., 23. (keddi nap)

A sárga zsákokba az alábbi csomagolási hulladékok kerülhetnek:

- **műanyag** (pl. PET palack, öblített tejfölös, joghurtos doboz, műanyag zacskó, reklám táskák, PP, HDPE jelzésű flakonok)
- **papír** (pl. újságpapír, szórólap, irodai papírhulladék, tiszta csomagolópapír)
- **fém** (alumíniumos italos doboz, alufólia, fém konzerves doboz)

A hulladékszállítást végző dolgozók egészsége védelme érdekében kérjük a Tisztelt Lakosságot, hogy megfelelően zárt zsákokban, illetve edényzetben helyezzék ki, mind a kommunális, mind a szelektív hulladékot.

Szelektív zsák hiányában a csomagolási hulladék bármilyen ÁTLÁTSZÓ zsákban kihelyezhető.

ZÖLDHULLADÉK SZÁLLÍTÁS

Szállítási időpontok: 2021. február 2. (keddi nap)

A maximálisan kihelyezhető zsákok, illetve kévek száma: 5 db zsák vagy 5 db kéve.

Zöld zsákot hivatali ügyfélfogadási időben a Polgármesteri Hivatal ügyfélszolgálatán tudnak igényelni. (a zsáko(ka)t reggel 7 óráig kérjük kihelyezni az ingatlan elé)

Dr. Borbás Zsuzsanna
jegyző

KARÁCSONYI FOCIKUPA

A diákönkormányzat 2020. december 11-én karácsonyi focikupát szervezett az iskola tornatermében.

Hat csapat mérte össze az erejét a felső tagozatosok közül, akik sorolás útján, Maróti Levente tanár úr vezényletével mérkőztek meg egymással. Mindenki ügyes volt, de végül a 8. a osztály csapata nyerte meg a vándorserleget. A 8. b-s lányok is derekasan küzdöttek, ők voltak az egyetlenek a fiúk között. A gólkirály a hetedikes Finta Dávid lett.

Ebből az eseményből hagyományt szeretnénk teremteni, sőt közkíváncsra húsvéti focikupára készülünk.

(a focikupáról szóló képet a *Körkép* 1. oldalán tekinthetik meg)

Szalai Vanda diákpolgármester
Gyuris Vanda diákpolgármester-helyettes

1 %

A 2020. évi személyi jövedelemadó 1 %-át az alábbi helyi szervezetek részére ajánlhatja fel a lakosság:

- **Üllési Polgárőr Egyesület**
Adószáma: 18463770-1-06
- **Üllési FONÓ Alapítvány**
Adószáma: 18463677-1-06
- **„Üllési Suli” Alapítvány**
Adószáma: 18470161-1-06
- **Tesz-Vesz Egyesület**
Adószáma: 18475544-1-06
- **Mozgáskorlátozottak Csongrád Megyei Egyesülete**
Adószáma: 19746896-1-06

MÁSODIK 1 %

Ha a 2020. évi személyi jövedelemadó második 1 %-át is fel szeretné ajánlani a <http://nav.gov.hu/szja/szja> internetes címen tudakozódhatnak a technikai számot kért egyházak részére megképezett technikai számokról (ha pl. a Magyar Katolikus Egyházat kívánják támogatni, a rendelkező nyilatkozatra 0011 számot írhatják be.)

ÜLLÉS NAGYKÖZSÉGÉRT ÉRDEMÉREM DÍJAZOTTAI

2020-ban a járványhelyzet miatt – a képviselőtestület véleményének figyelembevételével – az érdeméremre javasolt és érdemesnek tartott személyekről december 8-án Nagy Attila Gyula polgármester döntött.

A döntés értelmében az érdemérmeket 2020-ban a Farkas Kertész (Farkas Milán és Farkasné Szőgi Mónika), Dr. Nyáriné Tajti Anna és Farkas Zsombor kapta meg, melyet december 23-án Nagy Attila Gyula polgármester a Polgármesteri Hivatalban adott át. (az átadásról szóló képet a *Körkép* 1. oldalán tekinthetik meg)

Juhász Attila
alpolgármester

KÉMÉNYSEPRŐIPARI KÖZSZOLGÁLTATÁSSAL KAPCSOLATOS HÍREK

A Szegedi Kéményseprőipari Szolgáltató és Kereskedelmi Kft (székhely: Szeged Moszkvai krt. 27., telefonszám: 62/485-077) tájékoztatása alapján 2021. évben Üllésen a kéményseprő sormunka június-július-augusztus és november hónapokban kerül ellátásra.

ÁLLATORVOSI ÜGYELET FEBRUÁR

február 6-7.	Dr. Szőke Csaba	06/30/3245-032
február 13-14.	Dr. Hursán Mihály	06/30/9986-139
február 20-21.	Dr. Kovács Tibor	06/30/9653-114
február 27-28.	Dr. Tóth Ferenc	06/20/4763-517

FALUGAZDÁSZ HÍREK

– Az őstermelői igazolványokkal kapcsolatos tudnivalók

Az új törvényi szabályozással megszűnik az őstermelői igazolvány, ezáltal megszűnik az őstermelői igazolvány érvényesítésével és a betétlap érvényesítéssel kapcsolatos tennivaló is. Helyette az **őstermelői nyilvántartás lép** életbe. A családi gazdaságokról szóló 2020. évi CXIII. törvény alapján a mezőgazdasági őstermelők és az őstermelők családi gazdaságának adatait (a továbbiakban: őstermelői nyilvántartás) az élelmiszerlánc-felügyeleti információs rendszerben, azaz a FELIR-ben kell nyilvántartani. A nyilvántartás a tv. 13. § (1) bekezdésének 7-17. pontjában meghatározott adatok tekintetében közhitelesnek minősül, ezen az adatok lekérdezhetőek a <https://portal.nebih.gov.hu/ostermelo-kereso-oldalon>.

A mezőgazdasági őstermelő kizárólag olyan terméket értékesíthet, amit az őstermelői nyilvántartásba bejelentett.

Az őstermelői termék értékesítésének helyszínén pedig a „**Saját őstermelői tevékenységből származó termék**” feliratot, valamint a **FELIR és a tevékenységének azonosítóját fel kell tüntetni**. Amennyiben valaki nem tudja az új számokat lekérdezni, úgy tájékoztatással leszünk ügyfélfogadási időben, keressenek telefonon vagy személyesen.

Ettől az évtől elsődleges azonosítónak a FELIR azonosítószám használható (ez kerül a felvásárlási jegyre).

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

Aki 2020-ban egyéni őstermelő igazolvánnyal rendelkezett és adataiban változás nem történt akkor további teendője nincs.

A **közös őstermelői igazolvánnyal** rendelkezők és a családi gazdaságok automatikusan az Őstermelők Családi Gazdaságának (ÖCSG) nyilvántartásába 2021 január 1-től bekerülnek, de ebben az esetben **adategyeztetést** kell végrehajtani, valamint egy ÖCSG alapító szerződést kell megírni és csatolni. Az adategyeztetésnek az átmeneti időszakban meghatározott határideje **2021. június 30.**

Aki egyéni vállalkozóként volt családi gazdaság tagja annak 2021. március 31-ig

– Nitrát jelentés

- Gazdálkodási napló beküldése- Nitrát érzékeny területen gazdálkodók és háztartási igényt meghaladó mértékben állattartást végző gazdák esetében szükséges, a napló beküldése 2020. március 31-ig lehetséges.

– Méhegészségügy: csekély összegű helyett átmeneti támogatás: Az egyes agrártámogatások keretösszegét és támogatási formáját érintő módosításokról szóló 65/2020. (XII. 17.) AM rendelet alapján, 2021 évben a méhegészségügyi csekély összegű támogatás igénybevétele helyett, méhegészségügyi átmeneti támogatás igénybevétele nyílik lehetőség 2021. február 1. és 2021 március 1. között.

– **Anyajuh támogatás:** Várhatóan 2021. februártól igényelhető, pontos dátum még nem ismert.

Ügyfélfogadás: hétfő, kedd: 8-16:00h-ig
csütörtök: 8-16.00h-ig

Czakóné Dudás Mónika 70/4893-853
Halász Zsolt 30/3372-535

PLÉBÁNIAI HÍREINK

Ezekben a különleges napokban, mikor maszkba járunk, mosolyunkat nem látja senki mégis meggyulladt a 4. gyertya az adventi koszorún. A betlehemi jászol köré gyűltünk és megünnepeltük Jézus születését, karácsony titkát. Hálát adtunk a 2020-ban történt eseményekért és kéréseinket 2021-re Isten elé tettük. Nem a megszokott módon történtek az ünnepek, valami változott, valami tisztult és valami épült. Köszönjük az ünnepi előkészületben való segítséget, a közvetítést és a közreműködést sok-sok esetben.

Templomunk új betlehemmel gazdagodott. A régi kicsit kopott betlehem méltó helyre került. A szegedi Fénysugár Katolikus Óvoda Hóbiárt Basa Utcai Tagintézményének kis lakói örültek a számukra új betlehemnek, melyet Kun Tamás világi elnökünk vitt el az intézményhez. A csendes készülgetet gazdagította még, hogy december 25-éig nálunk volt a „Meg nem született gyermekek” szobrának másolata, mely vándorszoborként jutott el hozzánk egy kis időre.

Templomunk kertje NEK rózsatövekkel gazdagodott, melyek megszentelése az adventi időszakban megtörtént. Ezeket a rózsatöveket az Agrárminisztérium ajánlotta fel az egyháznak. A katolikus világtalálkozót a járvány miatt elhalasztották. Ez a kapott év lehetőséget biztosít arra, hogy a rózsák gyökeret eresszenek, megerősödjének, nekünk hívőknek, útkeresőknek pedig elmélyülést, lelki felkészülést jelent a Jézussal való közös ünnepre. Visszatérhetünk keresztény gyökereinkhez.



István atyát telefonon kérdeztem hogyléte felől. Hangjában megtaláltam a nyugalmat és a lendületet is, mely erőt sugároz. Elmesélte, hogy egy hónapja járókerettel 3 lépést tudott megtenni. Folyamatosan erősödik és ma már képes egy km egyvégben történő megtételére és elkezdett lépcsőzni is. Hálás nagyon az imádságokért és azért, hogy sokan gondolnak rá. A tüdeje „nem szuperál úgy mint régen”, ezért még eltarthat pár hónapig a felgyógyulása. A napokban konzultálnak tüdőgyógyással a további lépésekről.



Ahogy István atya is mondta van még mit tenni, így a hétköznapi teendők mellett folytatjuk az imádkozást, atyára gondolat, hogy minél hamarabb teljesen felgyógyuljon.

Plébániai Tanácsosok Testülete nevében Molnár Dolli

Tervezett templomi programjainkat a vírushelyzet miatt elhalasztjuk. Így idén februárban a jubiláns házások megáldása is napolódik. Új időpontot még nem tudunk, de időben értesítünk mindenkit aktuális rendezvényeinkről.

MOZGÁSKORLÁTOZOTT EGYESÜLETI HÍREK

2021.01.15-én megtörtént a Kupakgyűjtő Szívecske átadása. Jelen volt Nagy Attila Gyula polgármester úr, a Mozgáskorlátozottak Csongrád Megyei Egyesületének titkára Farkas László, akik magánszemélyként is támogatták a kezdeményezést. Ezúton szeretném még megköszönni a támogatást Üllés Nagyközségi Önkormányzatának, Farkas Attilának, Kotroczó Csabánénak, Fábián Mártának, Fábiánné Dr. Kiss Ilonának és nem utolsósorban a szívecske elkészítőjének Szekeres Csabának, aki anyagilag is támogatta kezdeményezésemet.

Kérem, akinek a látókörében olyan személy vagy család van, aki segítségre szorul, jelezze. Jó gyűjtögetést kívánok! (a kupakgyűjtő szívecske kihelyezéséről szóló képet a *Körkép* 1. oldalán tekinthetik meg)

Füredi Andrea



SZÁMVARÁZS DUÓ KFT

Szegedi könyvelőirodánkban vállaljuk egyéni vállalkozók, östermelők és gazdasági társaságok teljeskörű könyvelését.

Igény esetén üllési ügyintézővel!

Kapcsolattartó: Sipos Szilvia (Üllés, Dózsa Gy. utca 19.)

e-mail: szamvarazsduo@gmail.com

telefon: 30/15-15-611



ÁLLÁSHIRDETÉS!

A Négyforrás Nonprofit Kft teljes munkaidős állást hirdet **rakodó** munkakörben.

A munkavégzés helye: Bordány, Forráskút, Üllés, Zombó

Munkavégzés módja: munkaidő keret, heti 2-3 nap.

Nem minimálbéres!

Jelentkezni lehet személyesen a Kft. telephelyén, Forráskút, Fő u.

72. (posta épület) H-P 8-16 óra között, illetve email-en az

ugyfelszolgalat@negyforraskft.hu címre várjuk fényképes

önéletrajzát!

További információért hívja a +36-70/489-56-56 számot!

APRÓHIRDETÉS

Savanyú káposzta, szelt és leveles hasáb eladó.

Péter Pál – Wesselényi utca 31.
06/30/822-1986

9488 m²-es szántó Üllésen kúttal
árammal eladó 06304425779



Szolgáltatásaink:

- Nyugdíjbiztosítás
- Vagyonsbiztosítás
- Élet-, baleset-, egészségbiztosítás
- Hitelügyintézés
- Megtakarítás és befektetés
- Ingatlantámogatás
- Gépjárműbiztosítás

Dél-alföldi régió képviselője:

Jenei Benjámin - alkus

+36204169031

jenei.benjamin@ufsgroup.hu

„LÚD-TOLL”

ELMÚLT A TÉL

Elmúlt a tél, végre vége, de néha még visszaint,
hajnalonként füvet fát, dérrel fehérre hint.
Kinyílott a hóvirág, a tavasz első virága,
duzzadt rüggyel van tele a barkafának ága.

A madarak énekelnek, az új tavaszt köszöntve
és a költözők visszatérnek a tavalyi fészekre.
Az embereket is kicsalja az ébredő természet,
megművelni és bevetni a veteményes kertet.

Kizöldülnek a fák, bokrok, tarka virágos a rét,
méhek szállnak a virágra és röpködnek szerte szét.
Minden ember, minden állat örül a tavasznak
mert a hosszú hideg télben sokat fagyoskodtak.

Reménységgel tölt mindenkit a megújuló természet,
hogy megadja számunkra a mindennapi életmet.
Megköszöni az Istennek, aki szánt, vet, arat
és bizalommal várja a bőtermő nyarat.

Fodor Antal

EGÉSZSÉGPERCEK: FÓKUSZBAN A SZÉNHIDRÁTOK III. RÉSZ A MÓRAHALMI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI IRODA (EFI) ROVATA

A teljes kiőrlésű gabonák nem csak ásványi anyagokban, valamint vitaminokban gazdagok, de magas rosttartalmuk miatt elősegítik az emésztést és megakadályozzák a hirtelen vércukorszint emelkedést, javítják a glikémiás indexet.



Mit mutat meg a glikémiás index (GI)?

A szervezet csak az egy cukormolekulából álló szénhidrátokat tudja felszívni, ami ennél több egységből áll, azt a legkisebb cukormolekulákra bontja. Minél több egységből áll egy szénhidrát, annál több ideig tart alapkőveire bontani, így az egyszerű szénhidrátok hamar, az összetettek lassabban szívódnak fel. A *glikémiás index* megmutatja az adott élelmiszer vércukorszintemelőhatását a szőlőcukorhoz (glükózhhoz) viszonyítva százalékos arányban. Minél gyorsabban szívódik fel egy adott szénhidrát, annál magasabb, illetve minél lassabban, annál alacsonyabb egy szénhidrátforrás glikémiás indexe.

Alacsony glikémiás indexű: fruktóz, szorbit, szárazhüvelyesek (pl. fejtett bab, lencse, sárgaborsó, szójabab), olajos magvak, zabkorpa, búzakorpa, színes-főzelékek, saláták

Közepes glikémiás indexű: zabpehely, kukorica, zöldborsó, teljes kiőrlésű lisztből készült kenyér, banán, ananász, sárgadinnye, natúr (cukrozatlan) gyümölcsle, tej, natúr joghurt, kefir, bulgur, köles, hajdina, quinoa, barna rizs, durum lisztből készült száraz tészta, gyümölcsök nagy része

Magas glikémiás indexű: főtt burgonya, krumplipüré, szőlőcukor, méz, kristálycukor, malátacukor, kukoricapehely, rizspehely, torták,

sütemények, édességek, kekszek, ropogtatnivalók, cukrozott üdítőitalok, répacukor, „fehér” búzalisztből készült péktermékek, száraz tészták, puffasztott gabonaszeletek, extrudált kenyér, ostya, kétszersült, édes müzli, pudingpor, szőlő, görögdinnye

Egészségünk megóvása és a cukorbetegség megelőzése érdekében célszerű az alacsony glikémiás indexszel rendelkező élelmiszerekből gyakrabban, míg a közepes és magas glikémiás indexszel rendelkezőkből ritkábban fogyasztani.

EFI munkatársai

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



„LÚD-TOLL”

MAGYAR-HAZÁNK: MAGYARORSZÁG

A mi hazánk, a szép Magyarország,
Itt él még mindig több nemzedék.
Sok-sok támadás ért már minket,
De még élünk, védekezünk.

Összefogás az élet titka,
Fogjunk össze, mert ez biztosít!!
Így szülessen minden utódunk!
A szép hazánk ösztönöz erre!

Tanuljunk, a hősi nagy tettekből!
Tanítsuk elődeink nagy tetteit!
Több mint ezerszáz éveken át,
Fennmaradt népünk a harcokon át.

Ismerd meg népünk vándorútjait!
Kilenc szoros egyggyé olvadt.
Vulkán, Verecke, Vöröstorony, Bodza,
Ótői, Békás, Borgói és Radnai

És a Tatár, magas szorosok,
Mégküzdöttünk érte, de nem hiába.
Mert a haza, hazánk így örökké él.
Így biztos, hogy edzetten fennmarad!

DUDÁS JULIANNA: APÓSOM, ANYÓSOM VÍRUS ÉS A SZŐLŐ

Ebből jó pár ember,
Ötletet meríthet,
Mert örül az ember szíve,
Ha valahogyan segíthet.

Anyósom mindennap átgondolja
Miért is ment hozzá,
Aranyos kiskapuból szól. Hozzak?
Nekem italt ne hozzá!

Ekkor még a vírusnak
Semmi, de semmi nyoma
Nyugodtan kocsmába járt
Apósom beceneve Apó-soma.

Koccintgatnak, ott elmondják
Ez az kivel
Most permetezni kell a szőlőt
Mondjad komám mivel.

Hívás nélkül jött a vírus
Gondolkodik, hogy legyen
A kocsmába csak maszkkal megyen,
Jó, hogy lehet maszkot kapni.

Egy-két felest bajusz alá
Be is lehet csapni
Zárva van a kocsmajátó
Nejének panaszkodik.

Pedig Ő a kocsmához
Tíz körömmel ragaszkodik
Zárva az ajtó?!
Ezt fújja TV, rádió és a sajtó.

Karját kicsit fellendíti
De asszonykám hát
A mi falunkat
Nem is említi.

Meg kilenctől délig
Meg sem bírom inni
A söröm csak félig
Kezét égfelé tárja

Megoldást a Jézuskától várja
Ültetek én is egy
Nagy darab szőlőt
Így legalább

Maszk nélkül
Járhatom a dűlőt
Pincémet én nyitom
Én zárom.

A vírus miatt itthon vagyok
Mindennap a pincében
Egy koccintásra
Várom a párom.

Jól ment férjhez ez az asszony
Ebből ez derül ki
Így a család kasszája
Soha nem merül ki.



SZENVEDÉLYBETEGEK NAPPALI INTÉZMÉNYE ÉS SZENVEDÉLYBETEGEK ALACSONYKÜSZÖBŰ ELLÁTÁSA

Tisztelt Lakosság!

A szenvedélybetegséggel küzdők felépülését segítő szolgáltatásaink továbbra is igénybe vehetők az óvintézkedések betartása mellett.

Ha Ön úgy érzi, egyes szerek (alkohol, gyógyszer, kábítószer) használata fölött elvesztette a kontrollt, illetve egyes viselkedési formák (online és/vagy szerencsejáték, vásárlás, munka, evés, önsértő magatartás) kényszeressé váltak az életében, forduljon hozzánk bizalommal. A témában jártas szakemberek segítenek abban, hogy megtanuljon együtt élni a szenvedélybetegségével – hozzátartozóinak a szenvedélybeteggel – úgy, hogy a lehető legkevesebb kárt okozza magának és környezetének. Ha szeretne változtatni az életmódján, abban is segítünk, de a változtatás szándéka nem feltétele az ellátás igénybevételének.

AZ ELLÁTÁS IGÉNYBEVÉTELÉNEK MÓDJA:

Az ellátás a következő településeken akár otthonában is **ingyenesen** igénybe vehető:

Ásotthalom, Balotaszállás, Bordány, Forráskút, Mórahalom, Öttömös, Pusztamérges, Ruzsa, Üllés, Zákányszék, Zsombó

Központ: 6782 Mórahalom, Móradozomb körút 40.

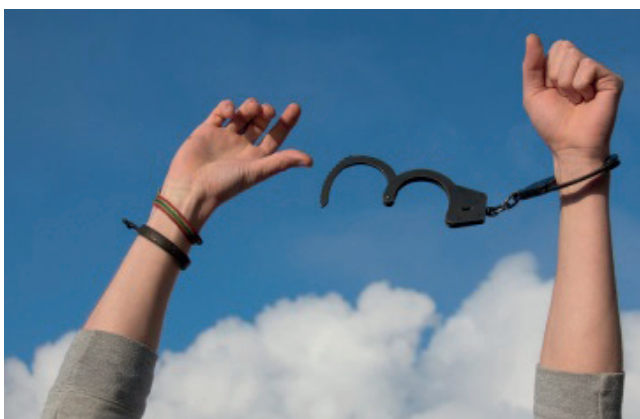
Intézményvezető: Csótiné Ördög Edit

Szakmai vezető: Jakabos Boglárka

Mobil: 30/570-4978

E-mail: szenvedelybh@hoszkip.hu

Időpont-egyeztetés munkanapokon 8-16 óra között lehetséges a fentebb megadott telefonszámon.



Az **ONOZO AGRO** Kft.

BÉRBE ADJA

felújítás miatt zárva tartó

Üllés, Dorozsmai út 26. sz. alatti

GAZDABOLTJÁT

profilkötöttség nélkül!

Tel.: 30/397-9111, E-mail: ertekesites@onozoagro.hu

CSIGABIGA ÓVODA ÉS BÖLCSŐDE ÖLDALA

„2020. DECEMBER AZ OVIBAN BÖLCSIBEN...”

Ha a cikk végére pillantunk, a képek önmagukért beszélnek, jó kedvre derítenek és könnyecseppet csálnak a szemünkbe!

Az intézmény dolgozói nagyon sokat ténykedtek, hogy örömteli legyen a decemberi időszak is, illetve meghitt legyen minden ünnepi pillanat.

Az előkészületekben az óvó nénik és kisgyermeknevelők dalokkal, mesével, énekekkel készültek, gyönyörű dekorációt készítettek az intézmény minden szegletében.

A dajka nénik a technikai munkák sokadalma mellett az ünnepi készülődésbe is becsatlakoztak. Köszönet érte.

Nem az ajándék a fontos, de azért olyan jó adni....és kapni is! Ezért hát az intézmény dolgozói közös munkával kezdtek varrásba és a kedvenc szerepjátékok helyszínét a babakonyhát töltötték fel mindenféle csodasággal.

A sablonok elkészítése után csattogtak az ollók és zúgtak a varrógépek! Így kerültek varrásra gyönyörű, mosható, textil zöldségek, gyümölcsök, pékáruk, sütemények....stb

De került a fa alá érzékelőkorong csomag, papírszínház és tojásfotel is! Ezt köszönhetjük az utolsó Jótékonyági Estünk bevételének, illetve a fenntartó önkormányzatnak is és végül, de nem utolsó sorban ügyes kezű kollégáimnak.

Az ovi bölcsi ünneplős napjai után kívánunk Boldog Új Évet az intézmény lakóinak nevében.

Köszönettel tartozunk a kedves Szülőknek a sok-sok türelemért, megértésért, amit a vírus okozta helyzet megkívánt.



A Mikulást követően a Méhecske csoportban megkezdődött az ünnepi készülődés. Karácsonyra készülődve verset, énekeket tanultunk, ünnepi zenéket hallgattunk. Sokat beszélgettünk a családról, a szeretetről és arról, hogy mit is ünneplünk Karácsonykor. A gyerekekkel Luca bűzát vetettünk és mindennap gondosan locsoltuk és izgatottan vártuk mikor bújnak elő az első búzaszálak. Julika és Éva dajka néni segítségével mézeskalá-

csot is süttünk. Együtt készítettük el a tésztát, közösen gyúrtuk, szaggattuk, majd tepsibe sorakoztattuk a sütésre váró finomságokat. Nagyon vártuk már, hogy elérkezzen a karácsonyi ünnepségünk napja, izgatottan számoltuk hányat kell még addig aludni. Bár még csak kiscsoportosok vagyunk nagyon bensőséges, meghitt volt az első közös Méhecske Karácsony. Gyertyát gyújtottunk, énekeltünk, a karácsonyfa köré gyűltünk, majd az ünnepi asztalnál csemegéztünk. A karácsonyfa alatt sok-sok ajándék lapult, melyet nagy örömmel, izgalommal bontottunk ki, majd vettünk is gyorsan birtokba.

Az óvoda többi csoportjának a lakói is meglátogattak bennünket, meglepetéssel készültünk, ezt a szép gesztust mi is viszonzottuk mézeskalácsot és karácsonyi képeslapot vittünk ajándékba így kívántunk Kellemes Ünnepeket!

Újév után visszatérve megbeszéltük az élményeket és újévi szerencsehozó malackákat, lóheréket készítettünk, hogy így kívánjunk egymásnak és mindenkinek: Boldog Új Évet!

Kitti, Zita óvó néni Julika és Évi dajka néni



tük birtokba az új játékokat. Köszönjük az ajándékokat! Az ünneplés végén felkerekedtünk, karácsonyi köszöntőt mondtunk a többi ovis csoport ablakánál, ajtajánál, kóstolót vittünk a mézeskalácsból.

Icu óvó néni Gotti és Dóri dajka néni



Az adventi időszak a Karácsonyra hangolódás jegyében telt a Manócska csoportban. Egy csillag alakú adventi naptár minden nap egy kis mesét, verset rejtett a közelgő ünnep alkalmából. Készítettünk adventi koszorút, karácsonyi ajtódísz és süttünk mézeskalácsot.

A gyerekekkel együtt díszítettük fel a fenyőfát, majd közösen énekeltünk, zenét hallgattunk a karácsonyfa körül. Ettünk finomságokat, majd a gyerekek izgatottan, csillogó szemekkel bontották ki a fa alatt lévő csomagokat. Ezután játszottunk a sok szép új játékkal, amelyeket ezúton is köszönünk.

A téli szünet után kipihenve élményekkel telve jöttek a gyerekek az óvodába. Sorra elmesélték, hogy kinek hogyan teltek az ünnepek. Boldog új évet kívánunk egymásnak, majd lerajzoltuk a szerencsét hozó újévi malacot.

Réka és Tünde óvó néni, Mónika dajka néni



A KATICA csoportban az ünnepvárás izgalmaival vártuk a karácsonyt: az adventi naptár zsebeiben minden nap egy-egy titokzatos térképet találtunk, amit közösen megfejtve finomságokra találtunk (alma, keksz, mazsola...), együtt számlálgattuk a napokat mennyit kell még aludni karácsonyig.

Ajándékokat készítettünk, az otthoni karácsonyfa, a családuknak, valamint a csoportunkban feldíszített karácsonyfa alá is jutott belőlük. Süttünk mézeskalácsot, megbeszéltük milyen összetevőkből készül, megszámláltuk miből mennyi kanállal teszünk bele, majd mazsolával díszíthették a gyerekek. Csoportunkban megünnepeltük a karácsonyt szépen feldíszített karácsonyfa körül, gyertyát gyújtottunk, karácsonyi köszöntő versünket, karácsonyi dalainkat mondogattuk, csemegéztünk az előző nap sült finom mézeskalácsból, teáztunk az ünnepi asztalnál. Ezt követően kíváncsian kibontottuk az ajándékokat:

az autós szőnyeget, babakonyhánkba sok-sok textilből készült (ovis, bölcsis dolgozók által varrt zöldség, gyümölcs, sütemény, kenyér, szalámi, sajt...) ételféleséget, teázós készletet, a konyhás játék gazdagítására, papírszínházat-melyet a többi csoporttal megosztva használhatunk. Elektronikus adathordozóval is gazdagodtunk, zenei tartalommal (relaxációs zene). Mindent kipróbáltunk, örömmel vet-



A Karácsony a legmeghittebb ünnep mind közül. A Kisvakondok is olyanok, mint egy nagy család, tele szeretettel. A bensőséges hangulat, az ünnepi várakozás jellemezte az egész hónapot. Luca bűzát ültettünk, körbe adtuk egymásnak a szeretet lángját, minden nap egy-egy gyermek számára meglepetést rejtett az adventi naptár, gyertyát gyújtottunk az adventi koszorún. Számoltuk a napokat, hány nap van még karácsonyig. Utolsó hetet azzal kezdtük meg, hogy közösen feldíszítettük a karácsonyfát, közben énekeltünk, verseltünk, beszélgettünk a családi hagyományokról. Mézeskalácsot süttöttünk, amit írókával díszítettünk ki. Saját fotójukkal hógömböt gyártottak a gyerekek ajándékba a szüleiknek. A karácsonyfánk alatt rengeteg ajándék sorakozott. Kaptak a gyerekek barkács eszközöket, mikroszkópot, világító földgömböt. A babakönyha megtelt textilből varrott gyümölcsökkel, zöldekkel, süteményekkel, melyek a dolgozók keze munkáját dicsérik. A sok gyerekkacaj, boldogság és vidámság kísért el bennünket is erre a szép ünnepre. Januárban, mikor megkezdték a gyerekek teli voltak élményekkel. Mindenkinek nagyon boldog új évet kívánnak a Kisvakondok, akikre rengeteg izgalom vár a 2021-es évben.

Zsani és Szilvi óvó néni,
Mónika dajka néni



„BÖLCŐDEI HÍREK...”



Az új nevelési év eddigi időszakában az új gyermekek megszokták a bölcsődét, megismerkedtek a régebb óta járó gyermekekkel, sőt, már születtek jó barátságok is. A csoportunkban nem csak a bölcsis gyerekek és mi, fel-

nőttek játszunk, hanem köztünk „él” Kerekítő Manó (báb) is, őt is szeretik a gyerekek. Ő időről időre előbukkan, és a gyermekek izgatottan, kíváncsian várják, mit mesél, mit csinál.

A gyermekek kezeinek ügyesítésére sokszor került elő alkotó tevékenységekhez ceruza, zsírkréta, gyurma. Ez utóbbi hosszú időre lekötötte a gyermekek figyelmét. Tudnak belőle apró darabokat csippenteni, nagyobb darabokból gömb formát gömbölyíteni (hógolyónak, gombócnak, labdának tojásnak, stb.), sodorni hosszú hengereket, lapítani, ezekbe mintát nyomni. A festékekkel többféle eszköz segítségével (ecset, henger, szivacs) tudnak nyomot hagyni a papíron, de a picik számára kedvenc technika, ha csak a festékes ujjukkal maszatolhatunk a papíron.

A szabad levegőn igyekeztünk a gyerekekkel minél több időt tölteni. Egyik alkalommal a kemence mögötti üres földterületet ültettük be őszi virággal, átelelő növényekkel a gyermekek lelkes segítségével. Erre november közepe-vege felé került sor, ezt az egyik nagymama, Kurucsai Mária virágfelajánlásával tudtuk megvalósítani. Köszönjük szépen.

Ősszel és karácsony előtt is szerettünk volna a szülőkkel, gyerekekkel együtt egy-egy délutánt eltölteni, de erre nem kerülhetett sor a járványhelyzet miatt. Így a karácsonyi hangulatot a gyermekekkel együtt varázsoltuk elő. Pl. díszesebbé tettük azt a szép fenyőfát, amelyet Hajdu Joci szülei ajánlottak fel. Köszönjük szépen nekik.

Reméljük hamarosan eljön az az időszak, amikor a szülőkkel nem csak a napi néhány perces beszélgetésre kerülhet sor, hanem hosszabbra is, és ismét lehetőséget tudunk biztosítani a szülők és gyermekek együttes jókedvű időtöltésére játszódélutánokon vagy ünnepek alkalmával.

Eszti, Erzsi és Rita



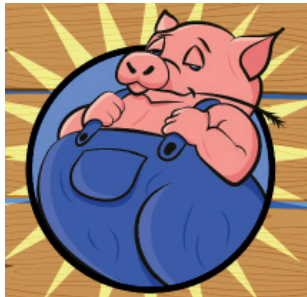
Az idei nevelési év, az előző évektől eltérő feladatokat, kapcsolattartási formákat, módszereket kívánt meg tőlünk a bölcsődében. Ezeket igyekeztünk úgy megvalósítani, hogy a ránk bízott kisgyermekek, a lehető legtöbb élménnyel gazdagodva élhessék mindennapjaikat közösségünkben. Megünnepeztük a születésnapokat, névnapokat. A tervezett családi délutánok helyett, szülők nélküli játszódélelőttiakat tartottunk a gyermekeknek. Ezekről a rendezvényeinkről, fotósorozatok formájában tájékoztattuk a szülőket, így lehetővé téve számukra a bölcsődei életbe való betekintést. Decemberre egy összeszokott csoporttal vártuk a Mikulást. Szinte a következő naptól kezdődött a karácsonyra hangolódás. Az adventi időszakban festettünk, ragasztottunk, színeztünk, sokat énekeltünk, beszélgettünk. Hangszereket próbálgattunk, megcsodáltuk a csengettyűk varázslatos hangját, ajándékot készítettünk otthonra. Ezekkel a tevékenységekkel készítettük elő játszódélelőttiünket. A délelőtti folyamán a gyerekekkel közösen díszítettük fel a bölcsőde karácsonyfáját. A szép fenyőfát szülői felajánlasként kaptuk. Tízórai után, erre az alkalomra készített eszközök segítségével előadott mese világában kalandoztunk. Megmozgattuk testünket néhány mondóka mondogatása közben, csengő formára ragasztottunk csillagokat. Természetesen nem maradhatott el a mézeskalács készítés sem. A gyerekek formázták a tésztát, megtekintették a sütet, majd jó étvágygal el is fogyasztották azt. Mindezek után, megtörtént a csoda, a karácsonyfa alá érdekes ajándékok kerültek. Izgatott bontogatás után, az új játékokat ki is próbálták. Kellemesen elfáradva tértek pihenőre ebéd után. A téli szünet után, a gyerekek néhány nap alatt visszaszoktak a bölcsődébe, többségük nagyon várta a találkozási társakkal, és velünk.

Itt is szeretnénk megköszönni a szülőknek az együttműködést, ebben a rendkívüli helyzetben.

Ibolya, Dóra, Ildi



ENNI KELL RÖFI-KER !! A MINŐSÉGI HÚSOK BOLTJA.



Hagyományos eljárással készült **adalékmentes saját márkás termékeink** széles választékával (füstölt kolbász, májas, lecsókolbász, hagyományos sózású darabolt sonkák, szalonnák), valamint állandóan **friss sertés-, marha-, csirke-, pulyka-, kacsahúsok** várják az éhes Üllési és környékbeli embereket.

Nálunk Szép kártyával is, bankkártyával is, készpénzzel is lehet fizetni.!

Kérem figyeljék Facebook oldalunkon (<https://www.facebook.com/rofikerkft/>), valamint a bolt előtti táblákon lévő akcióinkat!

Üllés Dorozsmai út 37.

+3630 9636882



PONT

Biztosítási ügynökség

- Nyugdíjbiztosítások
- Életbiztosítások
- Baleset- és egészségbiztosítások
- Lakásbiztosítások
- Vagyonbiztosítások
- Gépjármű-biztosítások
- Utasbiztosítások

Az UNIQA Biztosító
helyi képviselője:
Pesti Mária, biztosítási tanácsadó

Telefonszám: +36 30 658-9746
E-mail cím: maria.pesti@uniqa-net.hu

**ÜLLÉS JÓKAI UTCA 20. SZÁM ALATT
VÁROM MEGLÉVŐ ÉS LEENDŐ ÜGYFELEIM**

CSALÁDI ESEMÉNYEK

SZÜLETÉSI HÍREK



Gyuris Péternek és Burai Ildikónak 2020. december 6-án – 3550 grammal – **Péter** nevű,



Gera Mihálynak és Csongrádi Tímeának 2020. december 28-án – 3330 grammal – **Máté** nevű,



Veszprémi Zsoltnek és Illés Jennifernek 2021. január 7-én – 2320 grammal – **Zora** nevű,



Bodré Gábornak és Fábíán Nikolettnek 2021. január 7-én – 3630 grammal – **Gábor** nevű,



Papdán Csabának és Papdán Stefánia Andreának 2021. január 8-án – 2780 grammal – **Laura** nevű gyermeke született.

Gratulálunk és jó egészséget kívánunk a babáknak és szüleiknek!

HÁZASSÁGKÖTÉSI HÍREK

Juhász Flórián és Fancsali Tímea üllési lakosok január 16-án házasságot kötöttek.
Gratulálunk és sok boldogságot kívánunk!

HALÁLOZÁSI HÍREK

Kopasz-Balog Ferenc 2020. december 14-én (74 éves korában) elhalálozott.
Őszinte részvétünk a gyászoló családnak!

ÜLLÉSI KÖRKÉP LAPZÁRTA

Tájékoztatjuk a Tisztelt Lakosokat, hogy az Üllési Körkép 2021. FEBRUÁRI számának lapzártája **február 15-én, hétfőn lesz.**

Hirdetéseket, cikkeket leadni a balogh.marta@ulles.hu e-mail címen – **legkésőbb HÉTFŐN 12 óráig** – lehet.

Amennyiben ez a küldési mód nem megfelelő, úgy ügyfélfogadási időben a 62/282-122 / 222 melléken Balogh Márta ügyintézőt keresse!

Határidőn túl beérkező cikkek, hirdetések megjelentetésére nincs mód.

Köszönjük!

ÜLLÉSI Körkép

Üllés Nagyközség Képviselőtestületének lapja

Kiadja: Üllési Polgármesteri Hivatal, 6794 Üllés, Dorozsmai út 40., Felelős kiadó: Nagy Attila Gyula
Szerkesztőség: 6794 Üllés, Dorozsmai út 40., Telefon: 62/282-122, Felelős szerkesztő: Balogh Márta
Nyomdai kivitelezés: s-Paw Bt., 6794 Üllés, Bem József u. 7., Felelős vezető: Szabó Erik