



Légy egészséges, légy tudatos, légy egészségtudatos!

Élmények és próbák a Sarkadi Általános Iskolában



A Sarkadi Általános Iskola Kossuth utcai Székhelyintézményében 2026. február 2. és 6. között zajlott a „Testtudatosság, pihenés és relaxáció a testi-lelki egyensúlyért” program, amelyen az 5–8. évfolyamos tanulók és szülei vettek részt. A kezdeményezés célja az volt, hogy a diákok felismerjék saját testi-lelki működésüket, tudatosan figyeljenek testük jelzéseire, és megértsék az egyensúly fontosságát mindennapjaikban. A program szervezéséért Turbucz Mária és Bordásné Magyar Andrea feleltek, akik biztosították, hogy minden feladat pedagógiaiilag átgondolt és élménygazdag legyen.

A hét első napjaiban a tanulók kreativitásukat és közösségi összetartozásukat a plakátpróbán kamatoztathatták, ahol osztályonként plakátokat és kollázsokat készítettek, bemutatóval közösgük „szupererejét”, azokat az értékeket és tulajdonságokat, amelyek meghatározzák őket. A feladat során a relaxációs gyakorlatok is jelen voltak, hogy a diákok tudatosan figyeljenek testük jelzéseire, felismerjék a feszültség és ellazulás állapotát, és erősítsék testi-lelki egyensúlyukat. A Bátoraglőpés lista hétköznapi bátor döntések kipróbálására ösztönözték; míg a Családi egészségtérképek során a családok bevonásával a gyerekek feltérképezték az egészségmegőrzés történetét.



diákokat, támogatva pedagógiai szempontból a kreatív munkákat és a közösségi élményt.

A hét közepén következett az akadálypróba, ahol a gyerekek egy különleges pályán próbálták ki ügyességüket, egyensúlyukat és együttműködési képességüket. A mankós, szembekötős és kutyás vakvezető feladatokon keresztül a tanulók megtapasztalták a mozgáskorlátozottság és a látássérültség kihívásait, miközben az egyéni elfogadás, a másság tisztelete és a társadalmi érzékenyítés volt a fő szempont. A pálya során Tóth-Burzik Ilona és Molly kutyája segítette a diákokat, míg a próba teljes szervezéséért, a feladatok lebonyolításáért és az eszközök biztosításáért Rossu Zoltán gondoskodott.

A program kiegészítő próbái rövidebb, de motiváló lehetőségeket kínáltak: az „Egészség-fal” QR-kódos videógyűjteményében a gyerekek és szülei rövid filmekben mutatták be, hogyan vigyáznak testükre mozgás, pihenés, táplálkozás, higiéné, szűrővizsgálatok és stresszkezelés témakörében; a Bátoraglőpés lista hétköznapi bátor döntések kipróbálására ösztönözték; míg a Családi egészségtérképek során a családok bevonásával a gyerekek feltérképezték az egészségmegőrzés történetét.

A program negyedik állomása a relaxáció és pihenés volt, amely a testi-lelki egyensúly gyakorlati megélését segítette. A diákok irányított relaxációs gyakorlatok során figyelték testük jelzéseit, felismerhették a feszültség és az ellazulás állapotait, és megtanultak tudatosan jelen lenni a pillanatban. A tudatos légzés és elcsendesedés hozzájárult a stressz csök-

kentéséhez és a mentális jólét erősítéséhez. A szülők aktívan bekapcsolódtak a gyakorlatokba, így erősítve a közösségi élményt és a pozitív példamutatást. A program vendége, a Sarkadi Egészségfejlesztési Iroda, valamint Szelecsáné Erdei Livia Éva életmód-tanácsadó előadást tartott a megfelelő folyadékbevitel, különösen a vízfogyasztás egészségre gyakorolt hatásairól. Az előadást vérnyomás- és oxigénszintmérések kísérték, tovább erősítve az egészségtudatos szemlélet fontosságát. A relaxációs és pihenésgyakorlatok szervezői, előadói és megvalósítási feladatait Mokán Mária látta el, aki szakértelmével és lelkesedésével hozzájárult a program sikeréhez.

A hét zárásaként a családi próba következett, amely egy egész hétre kiterjedő kihívás volt: a családok relaxációs gyakorlatokat végeztek, tartottak cukormentes napokat, aktív sporttevékenységeket iktattak be, mérték napi lépéseiket, valamint egészséges reggelivel és tudatos táplálkozással támogatták testi-lelki egyensúlyukat. Ötvös Lóránd és családja mutatta be, hogyan valószínűsíthető meg a kihívásokat, inspiráló példát adva a többi résztvevőnek. A hét végén a családok mini naplót készítettek tapasztalataikról, amelyből az iskolában kiállítás nyílt.

A program során a résztvevők megtapasztalták, hogy a testtudatosság, a kreativitás, a mozgás, a bátorság, a relaxáció és a családi aktivitás egymással összefonódva erősíti a testi-lelki egyensúlyt, a pozitív testképet és a stresszkezelési képességeket, valamint hozzájárul a családi és közösségi kapcsolatok elmélyítéséhez.

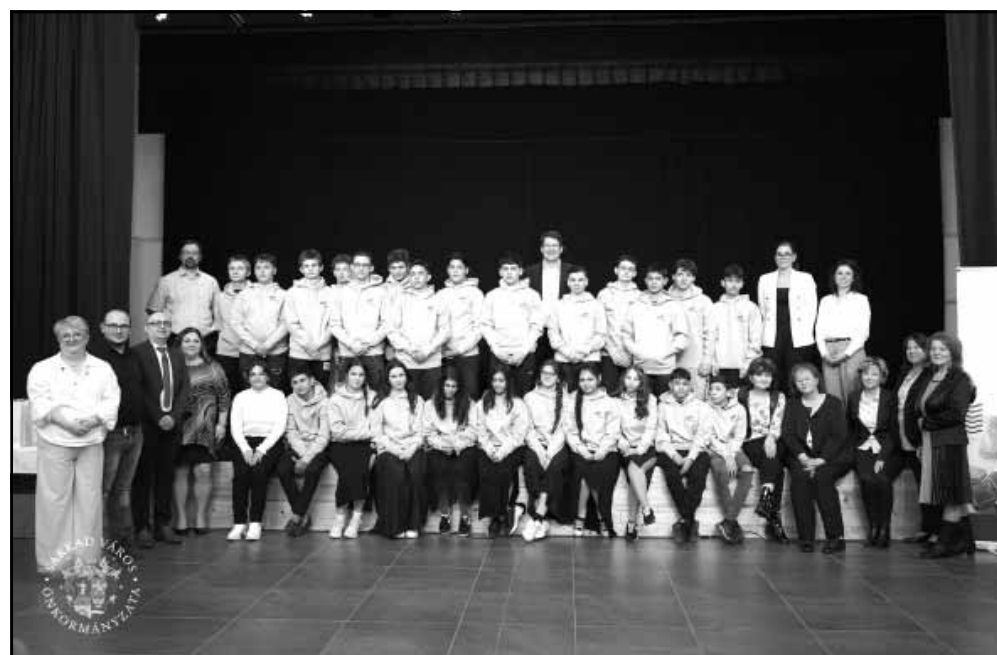
Turbucz Mária
szakmai műhelyvezető

A Sarkadi Általános Iskola két éve csatlakozott...

(folytatás az 1. oldalról)

Zanyik Alexandra szintén a GFE-n tanuló, ápolás és betegellátás szakon, neki is kedvezők voltak a tapasztalatai a most nyolcadikos diákokkal. Elmondható, hogy a különleges programnak, a velük foglalkozó mentoroknak és az általuk biztosított élményeknek köszönhetően javultak a jelenleg nyolcadikos osztályos diákok tanulmányi eredményei, nyitottabbá és motiváltabbá is váltak.

Ami a program aktualitására illeti, napjainkban a Sarkadi Általános Iskola Kossuth utcai Székhelyintézményében a 2025-2026-os tanévben 6 egyetemista 23 diáknak nyújtott mentorálást. Ennek keretében meglátogatták a Gyulai várat, az Almásy-kastélyt, a Gál Ferenc Egyetemet, Békéscsaba majdnem minden középiskoláját és Szarvason eljutottak az Arborétumba és a Mini Magyarország Makettparkba, tudtuk meg



Molnár-Papp Lászlótól, a „Tanítsunk Magyarországot” program sarkadi iskolai koordinátorától.

A program zárásaként a sarkadi mentorált diákok, pedagógusai és a vendégek egy nagy kört alkotva,

egy kötetlen beszélgetés keretében értékelték a programot és annak eredményeit. —mk



Az MVM Next Energiakereskedelmi Zrt. tájékoztatója

Rezsistop: egyszeri, 30 százalékos kedvezmény biztosított a lakosságnak

A szokatlanul hideg időjárás miatt a háztartások januári földgázfogyasztása országos szinten 30 százalékkal emelkedett meg. A kormány januári rezsistopot léptet életbe, 50 milliárd forint támogatással védi meg a magyar családokat. Az MVM a kormánydöntést végrehajtva egyszeri, 30 százalékos mennyiségi kedvezményben részesíti a lakossági áram- és gázfelhasználókat. Fűtési és számlázási módtól függetlenül eltérő technikai megoldásokkal, de minden háztartás számára biztosítjuk a januári rezsistopot. A rezsistop egyszeri, 30 százalékos mennyiségi kedvezményt jelent a fűtési célú földgáz- vagy villamosenergia-fogyasztásra, minden lakossági ügyfél számára.

A villamos energia kedvezmény nyilatkozat alapján érvényesíthető az áramszámlákban, a földgázzal fűtőknek nincs teendőjük. Az előre fizetős mérővel rendelkező ügyfelek egyszeri, 7 ezer forintos támogatást kapnak.

Földgáz esetén a fűtési kedvezmény automatikus, a kedvezményes mennyiség meghatározása minden mérővel rendelkező ügyfél esetén a rezsistop bejelentésekor az MVM-nél rögzített elszámolási mód szerint történik.

Egyenletes vagy hőmérsékletfüggő részszámlázás esetén a legutolsó elszámoló számlán szereplő éves mennyiség januárra eső részét veszi alapul az MVM, amelyet az idén januári országos átlagos fogyasztásbővülésnek megfelelően 30 százalékkal megnövel, majd e megnövelt mennyiség 30 százaléka a megfelelő mértékű, egyszeri mennyiségi kedvezményt biztosít.

Havi díktálás esetén az MVM az idén januárra számított földgázfelhasználás 30 százaléka a megfelelő mértékű mennyiségi kedvezményt biztosít.

Villamos energia esetén a mennyiségi kedvezményre való jogosultságról 2026. április 30-ig szükséges nyilatkozni. E kedvezményre az jogosult, aki más rezsistopos kedvezményt nem vesz igénybe!

Villamos energia mennyiségi kedvezmény igénybevételekor tehát nyilatkozni kizárólag az MVM által rendelkezésre bocsátott nyilatkozati

úrlapon lehet, amelyek online verzióit már elérhetik az ügyfelek:

– az MVM Next online ügyfélszolgálatán, személyre szabottan,

– az MVM Next mobilapban, a legfrissebb verzióra frissítést követően, személyre szabottan,

– elektronikusan az mvmnext.hu/rezsistopnyilatkozat oldalon.

Bejelentkezést követően az adatok és felhasználási helyek azonnal megjelennek, így nem kell számsorokat megadni, a nyilatkozat néhány kattintással véglegesíthető. Ebben az esetben a nyilatkozat eljuttatásával sincsen teendő, és a feldolgozási idő is jelentősen rövidebb lehet.

Fontos tudni, hogy azonnali visszaigazolást kizárólag az online nyilatkozatra tud küldeni az MVM Next.

Az MVM február végétől elektronikus és postai levélben is megküldi az ügyfeleknek az adataikkal részben előre kitöltött nyilatkozati űrlapot. Amennyiben egy ügyfél nem a három online megoldás közül választ, a nyilatkozat benyújtásának módjáról a nyilatkozatot tartalmazó levélünkben kap majd tájékoztatást.

Villamos energia mennyiségi kedvezményre azok az ügyfelek jogosultak, akiknek a felhasználási helyén:

– nincs egyetemes földgázszolgáltatás,

– van egyetemes földgázszolgáltatás, de nincs gázóra (tűzhelyátalány),

– van egyetemes földgázszolgáltatás, de földgáz mennyiségi kedvezményt nem kívánnak igénybe venni.

A fűtési kedvezményt egy adott felhasználási helyen vagy csak földgáz- vagy csak villamosenergia-szolgáltatásra, egy mérőre lehet igénybe venni! A nyilatkozatot tehát csak akkor töltse ki az ügyfelek, ha a kedvezményt áramfogyasztásukra kérik.

A nyilatkozat nem módosítható és nem vonható vissza, ez egyben azt is jelenti, hogy online kitöltést követően a levélben megkapott papír alapú nyilatkozattal az ügyfélnek sincsen teendője.

További információ a folyamatosan frissülő mvmnext.hu/rezsistop oldalon található!

Tájékoztató sürgősségi készenléti orvosi ellátásról

A sürgősségi készenléti orvosi ellátás 2026. február hónapban, a hétköznapokon, 12.00 óra és 16.00 óra között az alábbiak szerint történik:

2026. Február

Háziorvos, rendelés helye:

Telefon:

23. hétfő	V. sz. Háziorvosi Körzet, Béke sétány 5.	06-66-375-820
24. kedd	Dr. Márki-Fejes László, Béke sétány 5.	06-66-272-820
25. szerda	III. sz. Háziorvosi Körzet Béke s.5.Tf:	30/736-4977
26. csüt.	Dr. Szabó Zoltán, Gyulai út 8/a.	06-66-270-259
27. péntek	Dr. Tóbiás Éva Tünde, Anti út 2/b.	06-66-270-141

Az orvosi ügyelet személyesen, hétköznapokon 16.00 órától 22.00 óráig, illetve hétvégén és ünnepnapokon 08.00 órától 14.00 óráig a szokatott helyen, a Központi Orvosi Rendelő Béke sétányon található épületében (5720 Sarkad, Békes sétány 5.), illetve a 1830-as telefonszám hívásával érhető el! Hétköznapokon 22.00 órától 08.00 óráig, illetve hétvégén és ünnepnapokon 14.00 óra és 08.00 óra között személyesen a legközelebbi orvosi ügyeleti ellátás Gyulán érhető el a Béke sgt. 39. alatt, vagy telefonon a 1830-as telefonszámon.

Horgász, halász hírek a 2025. évi zárással és a 2026. évi kezdéssel kapcsolatban

A Sarkadi Horgász Egyesület tájékoztatja a sporttársakat az alábbiakról:

A 2025. évi fogási naplók leadási határideje: 2026. február 28. Aki a határidő után adja le a fogási naplót az 6.000 forinttal drágábban tud állami jegyet váltani!

Az állami jegy kiváltásakor történik az egyesületi tagdíj rendezése is. Kérjük válasszák továbbra is egyesületünket, ezzel is támogatva programjaink szervezését! Egyesületi tagdíjak: teljes jogú 4.000 forint, kedvezményezett 3.200 forint, ifjúsági 2.000 forint.

A naplók fogási adatait leadás előtt az engedélyes köteles összesíteni, kitölteni az alábbiak szerint:

- A 11. oldalon a horgászattal töltött napok számát (akkor is, ha az ez a szám 0!).
- A napló 44. - 45. oldal éves összesítő táblázatát a halfogásról. Amennyiben kevés hely áll rendelkezésre, használjanak fel több sort. Kérjük, hogy a víztérkódot teljes adattartamával, jól olvashatóan adják meg, mert a feldolgozás során így tudjuk pontosan rögzíteni az adatokat.
- A fogási napló okirat abban javítani, átírni, lehuzógatni, satírozni adatokat nem lehet.

Horgász, halász fogási napló leadási helye: Horgásziroda, Sarkad, Vásártér 1. (a városi piacon, a Lángossütő mellett). A 2026. évi horgászathoz szükséges okmányok árusítását megkezdjük a Piacon lévő irodánkban. Türelmet kérünk mindenkitől, lehetséges várakozás.

A HALÁSZ állami és területi jegyek kiadásában változás nem történt, árusítás várható kezdete február eleje.

A Bárkás-csatornára a területi jegyárak a következők: éves jegy 40.000 Ft, ifjúsági vagy kedvezményes 1 botos jegy 20.000 Ft, gyerekjegy 3.000 Ft, napijegy 5.000 Ft.

Felnőtt horgász fizetendő díjak: egyesületi tagdíj + állami jegy + ESZH + papír fogási napló: 16.600 Ft

Kedvezményezett női horgász fizetendő összeg: 15.800 Ft

Ifjúsági horgász esetében fizetendő összeg: 14.600 Ft

70 feletti kedvezményezett horgász: 4.600 Ft

A horgászathoz szükséges okmányok díját nem lehet bankkártyával fizetni csak készpénzzel vagy azonnali átutalással.

Az árusítási helyek: Piacon az irodában: kedd és csütörtökön 15-18 óra között és vasárnap 8-11 óra között, vagy Sarkad, Gárdonyi tér 13. telefonos egyeztetés alapján egyedi időpontban.

Érdeklődni a következő telefonszámokon lehet: +36/70/639-5868, +36/20/497-3511 Görbüljön a bot, teljen a szák!

Sarkadi Horgász Egyesület Vezetősége

Sebestény Mihályné elnök



Hulladékszállítási információk!

Tisztelt Ingatlanhasználók!

A Gyulai Közülemi Nonprofit Kft. ezúton tájékoztatja a sarkadi ingatlanhasználókat az alábbiakról:

- Technikai okokból – mivel karbantartások okán kevesebb jármű áll rendelkezésükre – a hulladékszállítás naptári napokon belüli, eddig megszokott időpontja változhat. Azaz a **megjelölt naptári nap NEM változik, de a korábban kialakított órábeosztás igen!** Azaz bizonyos esetekben, ahol eddig reggel – délelőtt volt ürités, most elképzelhető, hogy délután lesz. Kérjük a lakosságot, hogy üritésig hagyják kint az edényeket, mert lehetséges, hogy bizonyos utcákban csak délután kerül sor az üritésre.
- 2. A szolgáltató kéri az ingatlanhasználókat a 2026-os matricák kiragasztására!** Érvényes matrica hiányában az elszállításra nem fog sor kerülni. (Amennyiben érvényes szerződése van, illetve nincs jelentős díjhátraléka, meg kellett kapnia a matricát postai úton! Ellenkező esetben kérjük, keresse az ügyfélszolgálatot.)

Megértésüket és türelmüket köszönjük!

A sarkadi gyógyszerárak hétvégi nyitva tartása és ügyelete

A gyógyszerárak szombaton és munkaszüneti napokon: 8.00 - 14.00 tartanak nyitva. Vasár és ünnepnapokon (ügyeletes héten - a Mimóza gyógyszerárral váltva) 9.00 - 12.00 ügyeletet tartanak. **A Sétány-Patika minden azombaton nyitva tart 8.00 - 12.00**

Ügyelet: 9.00 - 12.00

Február 21 - 22.
Sétány gyógyszerár
(Sarkad, Béke sétány 4. Tel.: 66/572-030)

Február 28 - Márc 1.
Mimóza gyógyszerár
(Sarkad, Gyulai út 8/a. Tel.:66/271-317)

VÉRADÁS SARKADON!

IDŐPONT: **2026. március 4. (szerda), 09.00 – 12.00 ÓRA KÖZÖTT**
HELYSZÍN: Bartók Béla Művelődési Központ 5720 Sarkad, Vár u. 2/b.

A VÉRADÁSRA HOZZA MAGÁVAL SZEMÉLYI IGAZOLVÁNYÁT, TAJ- ÉS LAKCÍMKÁRTYÁJÁT!

Sarkadi Nyugdíjasok Érdekvédelmi Egyesületének tisztújító közgyűlése

MEGHÍVÓ

A Sarkadi Nyugdíjasok Érdekvédelmi Egyesülete vezető-sége tisztelettel meghívja minden tagját 2026. február 25-én 10.00 órától kezdődő TISZTJÚJTÓ KÖZGYŰLÉSÉRE!

Helye: Andi Étterem, Sarkad, Jókai u.

Napirendi pontok:

- 1./ Beszámoló az Egyesület 2025. évben végzett munkájáról (ea.: Puskás Sándorné elnök)
- 2./ Beszámoló az Egyesület pénzügyi- gazdasági helyzetéről (ea: Nagyné Várdai Magdolna gazdasági vezető)
- 3./ Felügyelő Bizottság beszámolója a 2025. évben végrehajtott ellenőrzések tapasztalatairól (ea: Karajosné Kölös Mária a Felügyelő biz. elnöke)
- 4./ Hozzászólások, javaslatok!
- 5./ Beszámoló elfogadása!
- 6./ Jelölő bizottság beszámolója
- 7./ Szavazatszámoló bizottság megválasztása.
- 8./ Tisztségviselők választása.
- 9./ A 2026. évi munkaprogram ismertetése

Figyelem, nem csak cukorbetegeknek!

Értesítem egyesületünk tagjait, hogy a következő egyesületi gyűlésünk 2026. március 11-én 14.00 órától tartjuk a Bartók Béla Művelődési Központban. (Nőnap köszöntő)

Mindenkit szeretettel várunk.

A gyűlés előtt vércukor és vérnyomás mérés lesz.

Az adó 1% összegét nagy tisztelettel megköszönöm mindazoknak, akik felajánlották azt egyesületünk céljainak eléréséhez, megvalósításához.

Kérem amennyiben tehetik, ebben az évben is a CUKORBETEGEK SARKADI EGYESÜLETE, SARKAD, ANTI ÚT 21. ADÓSZÁM: 18381463-1-04 részére ajánlják fel.

Köszönettel: **Major József az egyesület elnöke**

Hamvazószerda

A hamvazószerda a nyugati kereszténységben a nagyböjt kezdőnapja, a húsvétvasárnaptól visszszámolt 40. hétköznapi. Mozgó ünnep, legkorábbi lehetséges időpontja február 4. és a legkésőbbi március 10. Ez a farsangi időszak utáni első nap. A húsvétot megelőző nagyböjt hossza Jézus 40 napos böjtjét követi.

10./ A 2026. évi tagsági díj elfogadása

11./ Bejelentések, egyebek

Ebéd - Zene - Tánc! A zenét Juhász Imre szolgáltatja!

Jelentkezni személyesen a szerdai fogadóórán a Városi Képtárban valamint a 06/30/214-5270-es telefonszámon 2026. február 18-ig.

Eéd hozzájárulás 1500 Ft, melyet a jelentkezéssel egy időben kell befizetni.

A napirendi pontok fontosságára való tekintettel MINDEN TAGUNK megjelenésére feltétlenül számítok!

Amennyiben a fenti időpontra összehívott közgyűlés nem határozatképes, úgy az Alapszabályban foglaltak alapján az azonos napirenddel, azonos helyen 2026. február 25-én 10.30 órára újra összehívom! Az újból összehívott közgyűlés a megjelenetek számától függetlenül határozatképes!

Puskás Sándorné elnök

PÉNTEKTŐL-PÉNTEKIG

◆ Névnapi

Február 20. Péntek
Aladár, Álmos, Leó

Február 21. Szombat
Eleonóra, Zelmira, Péter

Február 22. Vasárnap
Gerzson, Margit, Zétény

Február 23. Hétfő
Alfréd, Polikárp, Mirtill

Február 24. Kedd
Mátyás, Jázmin

Február 25. Szerda
Géza, Cézár, Vanda

Február 26. Csütörtök
Edina, Viktor, Győző

Február 27. Péntek
Akos, Bátor, Gábor

A Sarkadi Nyugdíjasok Érdekvédelmi Egyesülete kirándulást szervez!

Kirándulás a Bükk-hegységbe!

Időpont: 2026. június 24-től június 27-ig (négy nap három éjszaka!)

Üti cél: Bogács

A szállás és a félpanziós ellátás mellett szabad strandbelépők, közvetlen átjárással a medencékhez reggel 6.00 - este 22.00 óra között.

Ingyenes: Finn szauna, fitness terem használat és a Wifi!

Térítés ellenében: köntös használat: 500 Ft/db, szolárium, masszázs!

Idegenforgalmi adó: 500 Ft/éjszaka.

Hotel felszereltsége: Tv, telefon, hűtő és klíma!

Fakultatív program: Minden este lehetőség van a Bogácsi Pincesor meglátogatására, mely a helyi borok és a zenés szórakozás kedvelőinek mekkája.

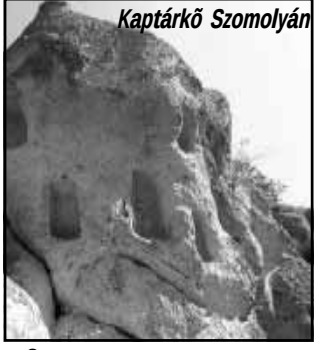
Programtervezet:

1. nap:
Érkezés és szállás elfoglalása 14.00 órától, vacsora után közös látogatás a pincékhez, borkóstolás, vagy strandolás, welnesz a hotelben.

2. nap:
Látogatás busszal Szomolyára, itt a kaptárkövek megtekintése!
Indulás: 9.00 óra! Ez egy 4 km hosszú, csodálatos túra (könnyű túra), ingyenesen látogatható! A Vén - hegy délnyugati oldalának megtekintése - 13 kaptárkö és 132 fülke!

Visszaérkezés után kézműves vásár, szabadstrandolás, pincék látogatása egyénileg!

3. nap:
Kirándulási lehetőség: Mór-völgyi Látogatóközpontba. (Bogácstól kb. 6 km-re) Suba-lyuk múzeum megtekintése, indulás 10.30 órakor!
Múzeumbelépő: kb. 500 Ft/fő.
Két kiállító terem: „Bükkalja kőművelés”, - „Subalyuki ősember”.
Ebédelési és kávézási lehetőség: a környék egyik legfinomabb ételai a Mörvölgyi Remete Étteremben!
4. nap: Indulás haza 10.00 órakor! Utközben a Mezőkövesdi Matyó Múzeum megtekintése, illetve még keresés alatt esetleg más program, ebédelési lehetőség!
A kirándulás ára: 101.500 Ft. (49 fő részvétele esetén), amennyiben kevesebb, úgy az útiköltség miatt az összeg változik!
Az ár tartalmazza: szállást, napi kétszeri étkezést, Wellness használatot, strandbelépőt és a buszköltséget!
Jelentkezni lehet a 06-30/214-5270-as telefonon Puskás Sándornénál!
Várjuk nem csak tagok jelentkezését!
Puskás Sándorné



Az iskolába vezető út!

Gyalogosan

- Tanítsa meg az alapokat, mutasson példát: ha van járda, mindig ott közlekedjen.
- Kijelölt gyalogosátkelőhelynél meg kell győződjön róla, hogy az autók tényleg megállnak.
- Láthatóság: világos ruházat, fényvisszaverő eszközök használata. (pl.:táskán)

Kerékpárral

- Az első napokban akár gyalogosan, akár kerékpárral közlekednek, mutassa meg neki a legbiztonságosabb útvonalat!
- Csak akkor menjen kerékpárral iskolába, ha ismeri az alapvető közlekedési szabályokat.
- Gondoskodjon róla, hogy a kerékpár kötelező felszerelése meglegyenek.
- Ha van kerékpárút, mindig azon közlekedjenek.

Gyulai SZC Ady Endre-Bay Zoltán Technikum, Szakképző Iskola, Gimnázium és Kollégium



Ingyenes képzés Sarkadon!
Kereskedelmi értékesítő (404161302)
Érdeklődni: +36 66 218 908
felnottkepzes@adybay.edu.hu



Ingyenes képzés Sarkadon!
Számítógépes adatrögzítő (04153001)
Érdeklődni: +36 66 218 908
felnottkepzes@adybay.edu.hu



Ingyenes képzés Sarkadon!
Higiénés intézményi takarító (10112004)
Érdeklődni: +36 66 218 908
felnottkepzes@adybay.edu.hu

A képzések tervezett kezdete: 2026. március.

Figyelem! Kihűlés veszély!

A 0 Celsius fok körüli és alatti hőmérséklet kemény próba elé állítja az utcán élőket és a tüzelő nélkül, lakásukban egyedül élő idős embereket. A téli hideg idő beálltával veszélybe kerülnek a hajléktalanok és a fűtetlen lakásban élők. Figyeljünk oda rájuk, működünk együtt a rendőrséggel, az önkormányzatokkal!

A rendőrség minden évben, október 15. és március 31. közötti időszakban kiemelt figyelmet fordít a közterületeken élő hajléktalan személyeket fenyegető veszélyhelyzetekre, azok elhárítására.

A kihűlés megelőzése érdekében a szolgálatot teljesítő rendőr haladéktalanul gondoskodik a sérült, illetve a krízishelyzetben lévő hajléktalan mentővel történő elszállításáról, továbbá felvilágosítást ad a karitatív szervezetek szolgáltatásairól

a hajléktalan számára, amennyiben ilyen kérdéssel fordul hozzá.

Szükség esetén a hajléktalan személy fizikai állapotának ellenőrzését követően, a szolgálatot teljesítő rendőr a rendőrség ügyeletén keresztül értesíti a területileg illetékes regionális diszpécser szolgálatot, amennyiben a krízishelyzetben lévő hajléktalan nem ismeri a környekét, készpénzzel nem rendelkezik, vagy a tömegközlekedési eszköz igénybevételével veszélyeztetné a közegészséget.

A hajléktalanok mellett kiemelt figyelmet kell fordítani a lakásukban, házukban – bármilyen okból – fűteni nem tudó, főleg egyedül élő, idős emberekre is. Tüzelő nélkül, hideg lakásban túlélési esélyeik csökkennek.

Védelmük érdekében a rendőrség a jelzőrendszer részeként a társszervekkel –



mentőszolgálatok, katasztrófavédelem, a megyei és települési önkormányzatok, jegyzők és polgármesterek – közösen felhasznál minden rendelkezésére álló eszközt és együttműködik a közszolgáltatást végző szervekkel és a civil szervezetekkel.

Az állami intézményeken, a civil szervezeteken túl az egyes állampolgároknak is nagy szerepük lehet abban, hogy a további halálesetek megelőzhetőek legyenek. Így mindenki aktívan segítséget

nyújthat a hideg idő beköszöntevel azzal, ha az eddigieknél jobban figyel a környezetében élőkre, a legvesélyeztetettebb, tudottan magányos idős emberekre és az utcára szorult hajléktalanokra is.

Kérjük, hogy amennyiben tudnak olyan emberről, akit akármilyen okból kihűlés veszélyeztetett, tegyenek bejelentést az ingyenesen hívható 112-es segélykérő telefonszámon, illetve jelezze a lakóhely szerint illetékes önkormányzatnak!



Vízvezeték szerelés csőtörés javítás és szennyvíz bekötés Gépi földmunka

Kiss Zoltán 06/70/332-1824
06/70/332-3229

Apró hirdetés

EGYÉB

Építőipari sárga állvány eladó. Dobó u. 32. 06/70/632-6639

SZOLGÁLTATÁS

Víz-gáz-fűtés szerelés 06/20/588-4535

ÁLLAT

BARNA TOJÓTYÚK jól tojó 15 db-tól 1200 Ft/db ; 30 db-tól 1100 Ft/db ; 50 db-tól 1000 Ft/db. BARNA TOJÓHIBRID JÉRCE 10 db-tól 3500 Ft/db. Ingyen szállítással megrendelhető. facebook:monikafarm2 T:06/30/860-2627 ; 06/30/835-1121

KEGYELET

TEMETKEZÉSI SZOLGÁLTATÓ SARKAD

**Telephely: 5720 Sarkad,
Árpád Fejedelem tér 2/b**

**Nyitva tartás: H-P: 8-16-ig
T: 66/611-443**

24 órás ügyelet: 06/30/865-2001

e-mail: sarkadkegyelet@upcmail.hu



Temetések teljes körű lebonyolítása

Kellemes környezet és családias légkör

Kistérségi Humán Szolgáltató Központ Idősek Otthona



A Gyulai u. 8. szám alatti Idősek Otthona akadálymentesített, kellemes környezetben, parkosított, sétára alkalmas udvarral, családias légkörben emelt szintű és átlagon felüli ellátást nyújtó 2 ágyas, fürdőszobás szobákkal várja az idősök jelentkezését.

Az Otthon békés, nyugodt környezetet és komplex, személyre szóló teljes körű ellátás, aktív pihenés keretében magas szintű, egyénre szabott ellátást biztosít.

Lehetőséget biztosítunk az idősokori szellemi leépülésben - demenciában szenvedő idős emberek elhelyezésére is.

Az otthon előzetes időpont egyeztetés alapján személyesen is megtekinthető! További információ kérhető: személyesen (előzetes időpontegyeztetéssel) a Kistérségi Humán Szolgáltató Központban, Sarkad Árpád fejedelem tér 2. alatt Sás Ildikó igazgatónál vagy a 06-66-270-981-es telefonszámon.

Az otthon előzetes időpont egyeztetés alapján személyesen is megtekinthető! További információ kérhető: személyesen (előzetes időpontegyeztetéssel) a Kistérségi Humán Szolgáltató Központban, Sarkad Árpád fejedelem tér 2. alatt Sás Ildikó igazgatónál vagy a 06-66-270-981-es telefonszámon.

Sás Ildikó
KHSZK igazgató



Kiadja: Sarkad Város Önkormányzat Képviselő-testülete.
Felelős kiadó: Dr. Major Ágnes. A kiadó levélcíme: 5720 Sarkad, Kossuth u. 27. Telefonszám: (66) 585-710. Telefax száma: (66) 271-030. Felelős szerkesztő: Fazekas László. A szerkesztőség levélcíme: 5720 Sarkad, Vár u. 2/b (Bartók Béla Művelődési Központ), telefon: (66) 200-260. Nyomdai előkészítés: Bartók Béla Művelődési Központ. Nyomtatás: Földesi Nyomda Kft. Békés. Felelős vezető: Földesi Zoltán
ISSN 1215-2374