



UKKi kakUKK

„ az én falum UKK
nevét dalolja a kakukk
az egész világ hallhatja,
ha szól a falu madara:
kakukk, kakukk, kakukk”

ÖNKORMÁNYZATI, KÖZÉLETI ÉS KULTURÁLIS HÍRLAP

KÖZÉLET



MÉHECSKE FESZTIVÁL



Március 17-én került Ukkon megrendezésre a Méhecske Fesztivál idén első alkalommal. A szervezők egy nagyon színvonalas rendezvényt szerveztek, mely elképzeléseik szerint nem az utolsó. 1000-1200 fő látogatott el Ukkra, hogy kikapcsolódjon. 60-70 fős stáb közreműködésével valósult meg idén az első fesztivál.

A színvonalas kikapcsolódási lehetőség mellett településünknek több haszna is származott a fesztiválból. A médiában (Class FM, Tilos Rádió, Veszprém TV, Napló, Győri és Szombathelyi Rádió, Facebook, zummogok.hu és több internetes oldal) hetekkel a Méhecske Fesztivál időpontja előtt és még utána is foglalkoztak a rendezvénnyel. Nem utolsó sorban a szervező 200.000 Ft bérleti díjat fizetett az Önkormányzatnak a helyszínek bérléséért.



Településünkön többen azt hitték, hogy ez volt a falunap, holott az Önkormányzat nem vett részt a szervezésben. Hagyományainkhoz híven a falunapot júliusban fogjuk megrendezni. Addig viszont bízunk abban, hogy külső szervezők szeretnének még nálunk fesztivált vagy egyéb rendezvényt szervezni, hiszen nem kevés hasznot hozna községünknek.

(Komendánt Irén)



ÖNKORMÁNYZATI HÍREK**2012. április 2.-i nyilvános testületi ülés**

1.) A képviselő-testület elfogadta a polgármester sportfejlesztési koncepcióját és a sportfejlesztési tervet 2012-2014 időszakra.

Az önkormányzat az éves költségvetéséből 600-800 ezer Ft-tal támogatja a helyi sportéletet és a sportolási lehetőségeket: évente 360 ezer Ft-tal támogatja az Önkormányzat az Ukki Tömegsport Egyesületet, valamint a sportpályák sportolásra alkalmas állapotának fenntartását és a labdarúgók mérkőzésekre szállítását látja el.

2.) A képviselő-testület elfogadta a polgármester javaslata alapján a sportöltöző befejezése céljából megírt, hazai forrásból támogatott pályázat benyújtását.

A beruházás összköltsége: 24.987.998 Ft

START MUNKAPROGRAM

Március elején ténylegesen is elkezdődött a start munkaprogram. A programban résztvevők kötelező oktatásban részesülnek. A programnak ez a része még nem indult el, de várhatóan április közepe felé fog a tanítás megkezdődni. A program szakmai „felelőse” Csizma Péter agrármérnök, aki az elméleti és a gyakorlati oktatást is lebonyolítja. A programban résztvevők az orvosi rendelő mögötti területet előkészítették a veteményezésre és a vetőmagok nagy részét már elvetették. Termelünk burgonyát, vöröshagymát, fokhagymát, káposztát, zöldbabot, cukorborsót, répát, petrezselymet, karalábét, retket, paprikát, paradicsomot és uborkát. Az elsődleges cél, hogy a konyha zöldségigényét minél nagyobb mértékben kielégítsük, valamint savanyúság előállítását tűztük ki célul.

A közfoglalkoztatottak palánták neveléséhez kettő általuk készített melegágyat hoztak létre. A környezettudatosságot szem előtt tartva egy komposztálót alakítunk ki, valamint az önkormányzati épületekről az esővizet összegyűjtjük, hogy azt az öntözésre használjuk fel.

1700 akácfa-csemetét ültettünk húsvét után. A további 8-10 ezer akác-csemetét ősszel fogjuk elültetni, mivel ültetési terv készítése szükséges ekkora ültetvényhez, valamint a földalapú támogatást is szeretné az önkormányzat kihasználni. Ezeknek a dokumentációknak az elkészítése több hónapos munkát igényel, tehát az akáctelepítés főként ősszel fog megvalósulni. Addig a területek előkészítése és a meglévő ültetvény gondozása lesz a feladat a papírmunkákon kívül.



Az Önkormányzat még várja azon lakosok jelentkezését, akik az új tervek alapján akácfaültetés céljából legalább 8 évre, veteményes létesítése céljából 1 évre bérbe tudnák adni a kertjeiket vagy gondozatlan telkeiket.

A Start munkaprogram keretén belül az Önkormányzat vásárolt egy kistraktort ekével, nehéz tárcsával és fűkaszával felszerelve. A kistraktor bér munkába igényelhető az Önkormányzatnál. **A díja: 3.500 Ft/óra.**

**Komendánt Irén
polgármester**

ÓVODAI HÍREK

Az ukki óvodások nagy izgalommal és örömmel várták a farsangi karnevált, aminek a megrendezése **2012. február 18-án szombaton került megrendezésre**. Az előkészületekben nagyon sok és szép maszkot illetve díszítéseket készítettek, amiket a falu lakossága a karneválon meg is tekinthetett. A gyerekek nagyon ügyesen szerepeltek mind a jelmezes felvonuláson, mind a versek elszavalásában, valamint a táncokkal is hatalmas sikereket arattak, főleg a fiúk, akik a lányokat meghazudtoló tánctudással kápráztatták el a falu közönségét.

A műsorok után tombola sorsolás is volt, ahol nagyon sok szép nyereményeket lehetett hazavinni, majd pedig mindenki táncolt és mulatott a délután hátralevő részében!

EGÉSZSÉG

Szívinfarktus



A szívizomzat zavartalan működéséhez állandó oxigén ellátás szükséges. A vér által szállított oxigén a szív koszorúerein keresztül jut a szívizomhoz. Ha az oxigén utánpótlása valamilyen oknál fogva zavart szenved, a szívizomzat elhal, szívinfarktus alakul ki. A szívinfarktus hirtelen minden átmenet nélkül jelentkezik. Az infarktushoz vezető folyamat azonban rendszerint évekig tart.

Az érlelmeszesedés, a vérszír (a koleszterin, a triglicerid) felrakódása szűkíti a koszorúerek átmérőjét. A koszorús erek az esztendőök során fokozatosan szűkülnek. A szűkülő erekben kevesebb vér áramlik, kevesebb oxigén jut a szívizomhoz. Súlyos fizikai vagy pszichés megterhelés esetén a szívizomzat oxigén igénye fokozódik. Az ilyen esetekben fellépő relatív oxigénhiány infarktust okozhat.

Tünetek lehetnek:

- a vállba, karba, hasba sugárzó mellkasi fájdalom
- mellkasi szorítás, nyomás
- halálfélelem
- szabálytalan szív működés
- hányinger, hideg verejték

A szívinfarktus feltétlenül szakintézeti - belgyógyászati, vagy kardiológiai kezelést igényel. Szívinfarktus esetén az azonnali szakszerű orvosi ellátás életmentő lehet. De az okosan elvégzett elsősegélynyújtás is sokat segíthet addig, amíg orvos érkezik a beteghez.

A szívinfarktusok mintegy tíz százaléka tünetmentes, úgynevezett "néma infarktus" formájában zajlik le. A beteg semmit sem érez: a lezajlott infarktusra csak valamilyen későbbi vizsgálat során derül fény.

A szívinfarktus utáni rehabilitáció személyre szabott több szakaszból álló program mely célja, hogy a beteg mihamarabb visszatérhessen a mindennapi életbe és csökkentse a jövőbeni szívproblémák kockázatát, növelje a túlélési esélyeket.

A fizikai aktivitás, a szívbarát étrend, a dohányzás elhagyása. Csökkentse a stresszt, az alkohol bevitelt és az egészségtelenül nagy testsúlyt. Figyeljen a gyógyszerek előírászerű alkalmazására! Kezelje az esetleges diabéteszt! Vegyen részt az utókezeléseken!

Egészségükre: **Kovács Imréné**



Április 10.: Nemzetközi Rákellenes Nap!!!

A rák rettegett betegség! Sokan úgy vélik, hogy diagnózisa egyenlő a halálos ítélettel. Pedig az idejekorán felfedezett betegség az esetek túlnyomó többségében meggyógyítható! Éppen ezért a betegséget lehetőleg még a tünetek, panaszok kialakulása előtt fel kell fedezni - de legalábbis akkor, amikor az első tünetek jelentkeznek.

A Magyar Rákellenes Liga, amely immár 17 esztendeje vesz részt a magyarországi rákellenes küzdelemben, kiemelkedően közhasznú szervezetként újra meg újra fel kívánja hívni a figyelmet a személyes felelősségre. Nem vagyunk tehetetlenek a rákkal szemben, de szűrni csak azt lehet, aki el is megy a szervezett szűrésekre. Emellett szükséges az is, hogy megismerjük testünk daganatos betegségekre utaló jelzéseit.

A Magyar Rákellenes Liga 1993-tól minden évben „Nemzeti Rákellenes Napot” szervez április 10-én dr. Doblinger Gyula (1849–1937) sebész, egyetemi tanár születésnapján, aki 1902-ben megalakította az első Országos Rák Bizottságot. A nap célja, hogy a társadalom minden rétegét – az egyént is – bevonják a rák elleni küzdelembe, felébresszék a felelősséget önmaguk iránt.

Vigyázzuk és óvjuk egészségünket!

Kovács Imréné

Gyógynövényrovat – „Fűben-fában orvosság”

Körömvirág - Calendula officinalis

Felhasznált részek (drogok): Fészekvirágzatai.

Energia és íz: Fűszeres, keserű, semleges.

Érintett szervek: Máj, szív, tüdő.

Összetevők: Karotinoidok, illóolaj, szaponin, gyanta és keserűanyag.

Hatása: Sebgyógyító, hámosító, menstruáció elősegítő, izzasztó, vértisztító, összehúzó.



A körömvirág, amelynek olaját kenőcsbe vagy pakolásba teszik, hatásos az egészségre, elállítja a vérzéseket, enyhíti a sérülésekkel és irritációkkal járó fájdalmakat, és elősegíti a sebek, égési sérülések behegését, a szövet regenerációt. Forrázatát láz, fekélyek menstruációs görcsök, bőrkiütésekkel kísért betegségek, például kanyaró ellen használják. A növényből készített erős tea vagy pakolás, illetve nedveinek kivonata kívülről alkalmazva hatásos kezelés az övsömörre. Olaját ugyancsak közvetlenül használhatjuk fülfájásra, 1-2 cseppet vattára csöpöntve és a fülbe helyezve.

A körömvirágot nem szabad belsőleg használni terhesség alatt!

Adagolás: Készítményben 3-9 g; teának 1 kávéskanálnyi 1 csésze vízzel leforrázva; tinktúraként 10-30 csepp.

A körömvirágolajat illetve kenőcsöt használjuk: zúzódásokra és sérülésekre, égésekre, fülfájásra, övsömörre, bőrkiütéses betegségekre.

Németh Ernőné

NOSZTALGIA

**Piros pünkösöd napja**

Pünkösöd nevének jelentése a görög pentekosztész (ötvenedik) szóból ered. **Az ünnep a húsvétot követő 50. napon van. Mozdó ünnep, amely május 10. és június 13. közé eshet.**

Hagyományai elsősorban a fiatalokhoz kötődnek. A pünkösdi királyválasztás célja az volt, hogy lovasversennyel vagy más ügyességpróbával egy esztendőre megválasszák a pünkösdi királyt, aki ez alatt az idő alatt minden mulatságra hivatalos volt. Pünkösdi királynét is választottak a lányok egymás között. A menyasszonyi díszbe öltöztetett kisebb lánykát énekük végeztével a magasba emelték: „Ekkora legyen a kendtek kendere!”. Az Alföldön szinte lakodalmas menet módjára vonultak házról házra a fiatal lányok énekszóval, köszöntővel.

A köszöntőket ételajándékkal: kaláccsal, tojással, almával jutalmazták meg. Pünkösdkor szokás volt a pásztorok megajándékozása. Ilyenkor kalácsot, bélest kaptak a gazdasszonytól. Pünkösdhöz általában nem fűződtek jellegzetes étkezési hagyományok, de sokféle rántott csirkét fogyasztanak, friss fejes salátával.

Németh Ernőné

**A magyar kultúra napja**

A magyar költészet napját József Attila születésnapjára emlékezve 1964 óta minden évben április 11-én ünneplik Magyarországon.

József Attila Budapesten, 1905. április 11-én látta meg a napvilágot. Balatonszárszón hunyt el, 1937. december 3-án. Huszadik századi magyar költő, a magyar költészet egyik legkiemelkedőbb alakja.

A költészet maga az élet, olvassuk, szeressük az év minden egyes napján, mert azalatt, míg verset olvasunk, hallgatunk, egy pillanatra minden más megáll...

József Attila: Mámor

„Szeretném felverni lelkem dalával
A szomorúk szívét, a világot.
Most megbocsátok annak is,
Aki bántott.

Szeretném a keblemre ölelni az
Életért küzdő, fájó rabot.
Szeretném feltámasztani,
Aki halott.

Szeretném, hogyha lassabban forogna
És végre megállna a nagy kerék.
De a legjobban szeretném,
Ha szeretnél.

És szeretnék alkotni csodásat és
Ezer gyönyörűt, szépet meg nagyot
S aztán meghalni: Mert én a
Mámor vagyok.”

1921. szeptember 24.

KÖZLEMÉNY

Magyar Föld Napja

2012. április 22-én lesz a Magyar Föld Napja és ennek keretén belül kerül megrendezésre **2012. 04. 23-án (hétfő)** a falu virágosítása. Ezen a napon a falu lakossága, illetve az iskolások és az óvodások is részt vesznek környezetünk rendben tartásában.

Várjuk mind azokat a lelkes résztvevőket, akik szeretnék tiszta és rendezett környezetben élni!

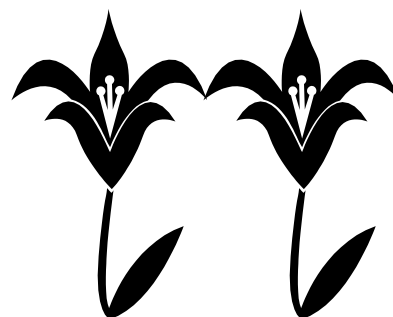
A gyülekezés helyszíne az óvoda udvarán reggel 8-kor!

Mindenkit szeretettel várunk!

KÖNYVTÁRI NYITVATARTÁS

Április hónapban:

április 13. péntek: könyvtár 14.00-18.00-ig
április 17. kedd: könyvtár 14.00-18.00-ig
április 20. péntek: könyvtár 14.00-18.00-ig
április 24. kedd: könyvtár+börze 14.00-18.00-ig
április 27. péntek: könyvtár 14.00-18.00-ig



Helyszín: Ukk Községi Könyvtár

ÁPRILISI PROGRAMOK

2012. 04. 20. (péntek): Ukk óvodásai Oviolimpiára mennek

2012. 04. 22. (vasárnap): Magyar Föld Napja

2012. 04. 23. (hétfő): Faluszépítés, falu virágosítás

Helyszín: Ukk óvoda udvara

Kezds: 8.00-kor

2012. 04. 28. (szombat): TaTa – Taliándörögdi Találkozó

Helyszín: Taliándörögdi



UKKi kakUKK

Szerkesztette: Kizmus Vera, Komendánt Irén

Ötletgazdák, újságírók: Komendánt Irén, Somogyi Miklósné,
Németh Ernőné, Kovács Imréné, Polgár Mária, Kizmus Vera

Ötleteiket, véleményeiket a www.citromail.hu e-mail címre várjuk sok szeretettel!