



Alsóörsi napfelkelte Fotó: Aradi Tamás

Májusfa és paprikás krumpli

A májusfa a természet újjászületésének szimbóluma és szerelmi ajándék is lehet. A magyar nyelvterületen általában május elsejére virradóra állították.



Alsóörsön már több tíz éve rendezik meg a majáliszt. Nagy Veronika, az Eötvös Károly Művelődési Ház és Könyvtár művelődésszervezője elmondása alapján régen a fiatalok a Somló-hegyre mentek fel, hogy a tisztáson bulizzanak. Miu-

tán a kilátó veszélyes lett, oda már nem jártak fel. Pár év kimaradás után felépült a Merse park, ott kezdték el felállítani a májusfát. Négy éve már bográcskozás is van az eseményen, amikor paprikás krumplit főznek résztvevők számára.

Az évek során bővült a programkínálat. A gyereket ugrálóvárval, arcfestéssel, kutyasimogatóval várták az idei majális során is. A rendezvény látogatottsága időjárásfüggő, de általában 100-150 fő szokott öss-

jusfák készítése a legények feladata volt. Éjszaka vágták ki az erdől a fát, és május elsejére virradóra többnyire titokban állították fel a helyi szokásnak megfelelően a lányos házakhoz, illetve a középületek, kocsmák elé. Akkoriban a legény így adta tudtára a kiszemelt lánynak, hogy udvarolna neki.



szegülni a Merse parkban Nagy Veronika szerint. A hagyomány szerint a má-

veol.hu, fotó: Nagy Veronika, Nagy Lajos

Nyuszivárás Alsóörsön

A nagyszombat délelőttjére meghirdetett nyusziváró programra elsősorban a kisebb gyerekeket várták a szervezők szüleikkel együtt. Ragyogó napsütés kísérte ezt a napot, sokan éltek a lehetőséggel, s minden bizonyosan szép élményekkel, kellemes érzésekkel töltődtek. Ragyogó napsütés, gyenge szellő, ideális idő a programokhoz...melyek az ötletgazda M.Nyíró Mária író nő javaslata alapján a Balaton Riviéra Turisztikai Egyesület és a művelődési ház dolgozóinak közreműködésével

valósultak meg néhány külső segítségével.

Állomásokkal tűzdelt út vezetett a Merse-parkig, ami a Riviéra irodája előtt indult, ahol Timer Lilla regisztrálta és igazította útba a jelentkezőket, kb. negyven lelkes és kíváncsi gyermek kaptatott felfelé az Endrődin, de csak az után, hogy a strandon teljesítették a bemelegítő feladatokat Gurdon Éva felügyeletével, azaz a zsákban ugrálást bója kerüléssel és a labdavezetést. A művelődési ház melletti füves területen Losoncziné Vass Éva várta



az érkezőket az újabb feladattal, ami azért komoly koncentrációt igényelt az apró emberkéktől, kanálba helyezett (tojás helyett) pingpong labdával szaladni a megadott célig... aki ezt

teljesítette, indulhatott a következő állomásra, az óvoda melletti játszótérre, ahol nyuszifejes dobozba kellett plüss répákat dobálni három különböző távolságról, itt

(Folytatás a 3. oldalon)

Kis éji zene



A Költészet napja alkalmából Kálloy Molnár Péter színművész, zenész, előadó, valamint Farkas Izsák hegedűművész *Kis éji zene* című estjén különleges koncerttel várták az érdeklődőket. A két nagyszerű művész izgalmas zenei találkozásokkal, népdal-átdolgozásokkal, megzenésített versekkel, közös énekléssel és dal írással szórakoztatta a megjelenteket. A közönség számos ismert

népdal feldolgozás mellett, az előadó páros új közös szerzeményét is elsőként hallhatta. Az improvizatív koncert során megismerhetők az elektronikus hegedű sokszínűsége, és bekapcsolódhattak egy közös kánon éneklésbe is.

A rendezvény az Eötvös Károly Megyei Könyvtár támogatásával valósult meg.

Molnárné Mile Anikó,
könyvtáros

Sok boldogságot!

Anyák napján megkülönböztetett tisztelettel köszöntöm mindannyiunk nevében az édesanyákat, nagymamákat, dédmamákat, ükémamát, családjaink pótolhatatlan összetartóit! Akik megszülték gyermekeiket, felnevelték, óvták, védelmezték őket, feltétel nélkül

szerettek, igazgatták útjukat, mindig csak jót akartak! Vigyázzunk rájuk, amíg lehet, Isten éltesse az édesanyákat ezen a csodálatos napon! Sok örömet, boldogságot és jó egészséget kívánok nekik!

Hebling Zsolt
polgármester



Elkészült a *2024-es esztendő krónikája*, amelyet *Csiszár Lászlóné* nyugalmazott iskola igazgató-helyettes, szerkesztő átadott *Hebling Zsolt* polgármesternek. Hamarosan bekötik, s így a könyvtárban olvasható lesz, csakúgy, mint 1976-tól minden év érdekes települési történései.

ÓRAREND:

HÉTFŐ: 17:30 ÉS 18:45

CSÜTÖRTÖK: 17:30 ÉS 18:45

SZOMBAT: 08:00

SPINNING TEAM
ALSÓÖRS
+36 70 456 7179

Nyuszivárás Alsóörsön

(Folytatás az 1. oldalról)

M.Nyíró Mária várta a gyerekeket. Az ötödik állomás a gyönyörűen feldíszített, tavaszi virágpompában ragyogó Merse-kútnál volt, ez volt a „kezdő költők ligete”.

Helyet is lehetett foglalni, hogy eredményesebb legyen a töprengés, megadott szavak (húsvét, nyuszi, fiú, tojás, kölni, leány, robot, vödör) felhasználásával kellett locsolóverset költeni.



Aztán következett a park, a nagy szabad tér, ahol újabb lehetőségek kínálkoztak. A pavilon alatt kézműves foglalkozás Molnárné Mile Anikóval, arcfestés Bíró Edittel. A bokrok előterében Ricsi bácsi (Vastag Richárd) gyűjtötte maga köré a gyerekeket, felnőtteket is szép számmal, s olyan csodát művelt velük, hogy az ég is kékebben fénylett felettünk. Kilégzés (kifújuk a rosszat), belégzés (beszívjuk a jót) után ritmikus gyakorlatok közben a mosolyt is elővették képzeletbeli zsebükből a gyerekek.

Csupa derű, vidámság átszöve népi kultúránk fonalával. Jó partnerek voltak a gyerekek. A délelőtti kalandok az utolsó feladattal,

a legizgalmasabbal, a tojáskereséssel záródtak. Nagy lelkesedéssel, minden bokrot átkutatva futkostak szerte-szét a gyerekek, időnként a szülői segítséget sem nélkülözve. A „szánkódombon” a technikai stáb, Nagy Vera, Kálmánfi Gábor és Németh Béla gondoskodott a kommunikációról, irányításról. Egy biztos, az sem távozott ajándék nélkül, aki esetleg egyetlen tojást sem talált. Csokoládé és oklevél minden nyusztúrázóknak dukált.

Köszönet mindenkinek, aki közreműködésével igazi élménnyé tette ezt a szép, nyuszivárázó tavaszi napot.

Csiszár Edit

Szépülő környezet



Településünk idén is csatlakozott a TESZEDD akcióhoz, gyermekeink, civil közösségeink tagjai, munkatársaink és lakosaink is kivették a részüket a környezetszépítő munkából, nagyon szépen köszönjük!

Hebling Zsolt
polgármester

FELHÍVÁS!



„Alsóörsi Színes Csokor” - Falunk Napja - pörköltfőző verseny

Időpont: 2025.május 31 (szombat) 10 órától

Helyszín: Alsóörs, Faluközpont

A főzéshez Alsóörs Község Önkormányzata minden csapatnak bográcsállást, egy sörasztalt, két sörpadot, tíz db műanyag tányért, kanalat, és a tűzrakáshoz fát biztosít.

A pörkölthez felhasznált hús árából maximum 6000 Ft-ot az önkormányzat: kizárólag KÉSZPÉNZES számla ellenében megtérít.

Számlázási cím: Alsóörs Község

Önkormányzata 8226 Alsóörs Endrődi S. u. 49

Adószám: 15734013-2-19

Amit a csapatoknak kell hozni: bogrács, bográcsállvány, minden hozzávalóról, ami az ételhez szükséges.

A regisztrációval a csapatok vállalják, hogy az elkészült ételből tíz adag ételt a falunapra kilátogató érdeklődőknek felkínálnak.

A zsűri részére minden bográcsból egy tányérnyi (a szervezők által biztosított tányérban) ételt kell kivinni. Az értékelés anonim.

A versenyre 2025.május 27-ig, telefonon Nagy Veronikánál (+36-20-591-5350), vagy emailen az alsoorsmuvhaz@gmail.com címen lehet.

Mindenkit várunk településünk idei pörköltfőző versenyén!



Itt még a kerítés is csülökből volt!



Harmadik alkalommal rendezték meg a Csülökpárádét, Pálinka- és Borfesztivált. A szokásos helyszínen, a Sírly-parkban változatos programokkal, kézműves vásárral és természetesen finomabbnál finomabb falatokkal várták a rendezvényre érkezőket. A szombati zenés programok sorát az elrendelt gyásznapi miatt leszűkítették ugyan, de a gyermekműsorokból és a gasztronómiai ingyenségekből így is akadt bőven a kínálatban.

Itt még a kerítés is csülökből volt! Akadt káposztás csülök, sörben sült csülök,

hagymás csülök, de csülökös lepény, csülökös töltött káposzta és természetesen csülök pékné módra is, kinek-kinek kívánsága szerint. De ha ez mind nem lett volna elég, a szervezők a vármegye legnagyobb csülökpörköltjét és elkészítették, amiből kóstolhattak a vendégek.

Az étek mellett az étvágyfokozó italoknak is jutott szerep a rendezvényen, finom borokkal, zamatos pálinkákkal, valamint hűsítő sörökkel is olthatták szomjukat a fesztiválizók!

Tretykó István

Sikeres évet zártak

Az Ezüsthíd Horgászegyesület megtartotta idei évi közgyűlését, Csiszár Lehel elnök beszámolója szerint sikeres évet zártunk. A horgásztanyán továbbra is folytatódnak a beruházások, idén a villamoshálózat kiépítése

fog megvalósulni, valamint a tanyaépület villamoshálózat felújítása, terasz járólapozása szerepel a tervekben.

Reméljük a halfogások terén idén is sok élményben fogunk részesülni.

Bertók Franciska



Az alsóörsi hölgykoszorú jó példát mutat az egészséges életmódra, mozogjunk minél többet, minden nap!



Iskolánk két tanulója **Páll Benedek** és **Jenei Marcell** 1. helyezést ért el a két fős csapatversenyben *történelem-földrajz* kategóriában. A versenyt az enyingi Tinódi Lantos Sebestyén Református Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola szervezte, amin 3 vármegye 14 iskolájának diákjai vettek részt.

Gratulálunk Nekik!

Felkészítő tanár: Varga Adrienn

Újdonság, csak bukósisakkal!



Mobil pumpapályát telepítettünk az Orgona utca és a Miháلكovics sétány sarkán lévő bitumenes pályán az Országos Bringapark Program Mobil Pumpapálya program keretében!

Gurulj, próbáld ki, élvezd a mozgást – bukósisak és védőfelszerelés kötelező, a szabályokat tartsd be – 18 éven aluliak kizárólag szülői felügyelettel használhatják!

A házirendet a helyszínen mindenki olvassa el!

Kozma Zsolt, intézményvezető

Varázs rejlik a vízben



Ismét strandszínház lesz Alsóörsön: július és augusztus hónapokban öt előadással kedveskedik a Pannon Várszínház a családoknak a gyermekpancsolónál! A darab címe: „Vízbe rejtett va-

rázs”, rendező, koreográfus: Balázs Nikolett, főszereplő: Magashegyi Nóra (Vízöntő)

(a fotó a helyszíni bejáráson készült)



A magyar költészet napja alkalmából iskolánkban rendezett versünnepe több, mint ötven verset hallgattunk meg, ahol végül néhányan köny jutalomban részesültek.

Köszönjük a sok-sok versek által kapott élményt, igazán méltó módon ünnepeltük e szép napot!

Szemben az árral

Amit az ADHD-s gyerekek szüleinek ritkán mondanak el

Napjainkban meglepően könnyen nyilvánítják a fiatalokat „hiperaktív” vagy „ADHD-snak”, ha viselkedésükkel zavarják a környezetüket, mint például egy iskolai tanterem rendjét. A diagnózis felállításához nem használnak tényleges orvosi vizsgálatokat vagy teszteket, mivel ilyenek nem léteznek, csak a megfigyelt tüneteket veszik alapul. A diagnózis után pedig gyakran nagyon rövid út vezethet olyan tudatmódosító „gyógyszer” felírásáig, amely a magyar jogszabályok szerint kábítószernek minősül. Az efféle megoldások természetesen nem szüntetik meg a tünetek

kiváltó okait, mindössze elfedik azokat – így működnek a drogok is általában.

A szülők azonban ritkán értesülnek például arról, hogy az elfogyasztott ételek és a bélflóra állapota szorosan összefügg a mentális állapottal, és az ADHD-ra jellemző tünetek hátterében is könnyen állhatnak ilyen okok – ezt számos kutatás alátámasztotta. A cukorban, gluténban és erősen feldolgozott ételekben gazdag étrend, ami kevés friss zöldséget és gyümölcsöt, illetve fermentált ételt tartalmaz, igazoltan kiválthat ilyen tüneteket. Ennek az

az oka, hogy a bélrendszer és az agy között közvetlen kapcsolat van, így a bélrendszer leromló állapota a mentális állapotra is menthetetlenül rányomja a bélyegét.

Emellett az allergiás reakciókat kiváltó ételek, a vitamin- és ásványianyaghiány, illetve a nehézfém-mérgezés (igen sokféleképpen felszívódhatnak a környezetből a bőrön át) szintén olyan tényezők, melyeket kimondottan indokolt lehet kivizsgálni, mielőtt a tudatmódosító szerek mellett döntenénk. Az ADHD kezelésére használt pszichiátriai szerek lehetséges mellékhatásai között szerepelnek a pszichotikus zavarok, a hallucinációk, az agresz-

zív viselkedés és az öngyilkossági gondolatok, ráadásul a metilfenidátot (Ritalin) a súlyos függőséget okozó szerek közé is sorolják.

A gyermekek megérdemlik, hogy valódi segítséget kapjanak, ami mögött valódi tudomány áll, és a szülők is megérdemlik, hogy ép, egészséges és sikeres gyermekeket nevelhessenek fel – ám ehhez gyakran nem csak a „betegséggel”, hanem a működésképtelen szokásokkal és hagyományokkal szemben is fel kell venni a harcot.

Fegyveres Krisztina

Állampolgári Bizottság
az Emberi Jogokért
Alapítvány



MÁJUSI PROGRAMOK



Hobo - Hármassoltár | Pocca Pódium Felsőörs, Hóvirág utca | Május 8., 18:00

Klímacafe: kerted ehető és gyógyító növényei | Lovas Kikötő Lovas, Fő utca 19. | Május 8., 18:00

Péntek délutáni társasjáték | Felsőörs, Civilház | Május 8., 16:00–20:00

Kvíz Est Lovason | Lovas, Fő utca 8. | Május 9., 18:00

Paloznaki Bringás Piknik | Paloznak, BringaPont | Május 10., 9:00

Bárókerti Nyitott Műhelyek | Felsőörs, Bárókerti utca | Május 10., 11:00–18:00

Tavaszi Nyitott Pincék Teljesítménytúra | Alsóörs, Vasút utca 3. | Május 17., 9:00–20:00

Riviéra Termelői és Kézműves piac | Alsóörs, Vasút utca 3. | Május 17., 13:00–16:00

Női Elvonulás Fehérben | Gelléri Vendégház Felsőörs, Pocca utca 5. | Május 23., 14:00 – május 25., 14:00

Szente Zoltán fotóinak kiállítása a Török-házban | Alsóörs, Török-ház | Május 24.

Balaton Vadgasztro Fesztivál | Csopak, Strand | Május 24., 9:00

HBB Ósidők Kopaszkutya Rt. koncert | Pocca Pódium Felsőörs, Hóvirág utca | Május 24.

Buli a szőlőben | Nádasz Pince Lovas, Vincellér köz 6. | Május 24., 17:00

Kihívás napja – a sport jegyében | Alsóörs | Május 28.

Alsóörsi Színes Csokor – Falunk napja a faluközpontban | Alsóörs, Alkotmány utca | Május 31.

Workshop – ovális sütőtál és ékszerszartó készítés | Felsőörs, Bárókerti utca 13. | Május 31., 9:00–12:00

Bővebb információkért látogasson el honlapunkra! balatonriviera.hu

Alsóörsi Színes Csokor

2025. május 31. (szombat)



Programok: Falunk Napja

- 10 óra:** Nevezés a pörköltfőző versenyre
- 14 óra:** Pörkölt kínálása (Alsóörsi Óvoda)
- 14.30 óra:** Zsúri értékeli a csapatok ételeit
- 16 óra:** Főzőverseny eredményhirdetése
- 17 óra:** Alsóörsi Napraforgó Óvoda gyermekeinek műsora

***17.30 óra Sztárfellépő:
Szandi***



**18.30 óra : Felsőörsi Country táncosok
bemutatója**



**19. 30 -21 óráig: Utcabál a Partitúra (volt Sa Si duó)
zenekarral**



**Gyerekeket ingyenes ugrálóvár, arcfestés,
körhinta,
ásványgyöngy fűzés várja!**



Az Alsóörsi Önkormányzat és a Balaton Riviéra Turisztikai Egyesület lapja.

Honlapok: www.alsoors, www.balatonriviera.hu

Felelős szerkesztő: Kálmánfi Gábor (Telefon: +36-30/343 4804), alsoorsihalaszbokor@gmail.com

Állandó fotósaink: Nagy Veronika és Zórád Ferenc.

Kiadja: Balaton Riviéra Turisztikai Egyesület. Hirdetéseket magánszemélyek, vállalkozók, közületek az alsóörsi önkormányzati hivatal címén adhatnak fel. Telefon: 06-87/447-192.