

# Hunor Magazin

2026. - 23. ÉVFOLYAM, 61. SZÁM

coop



STRATÉGIAIPARTNER



Hunor Bál és  
az Év Legjobbjai:  
Ünneplés, buli,  
kitüntetések

Hunor  
Coop  
A coop  
csoport tagja



Locsolóversek, tavaszi témák, természet, mikrozöldségek

# ÁPRILISI AKCIÓ

2026. április 2 - 12-ig



**Coca-Cola**  
több íz, DRS, 1750 ml  
Coca-Cola

**699 Ft**  
399 Ft/l

Eredeti ár: ~~729 Ft~~  
Eredeti egységár: ~~417 Ft/l~~



**Sió Piros Szőlő**  
20%  
Sió

**599 Ft**  
599 Ft/db

Eredeti ár: ~~649 Ft~~  
Eredeti egységár: ~~649 Ft/db~~



**Hunor Teljes kiőrlésű kenyér**

500 g  
Zombor Cipó Kft.

**759 Ft**  
1518 Ft/kg

Eredeti ár: ~~839 Ft~~  
Eredeti egységár: ~~1678 Ft/kg~~

Csak a Zombor Cipó Kft. által ellátott üzletekben kapható!

## Császárszalonna

1000 g  
Gulyás és Tsa.



**COOP KLUB ÁR:**  
**2599 Ft**  
2599 Ft/kg

**2699 Ft**  
2699 Ft/kg

Eredeti ár: ~~2899 Ft~~  
Eredeti egységár: ~~2899 Ft/kg~~

## Vándor Páros kolbász

1000 g  
Nagykun-Hús Kft.



**COOP KLUB ÁR:**  
**2999 Ft**  
2999 Ft/kg

**3190 Ft**  
3190 Ft/kg

Eredeti ár: ~~3999 Ft~~  
Eredeti egységár: ~~3999 Ft/kg~~

## Disznósajt felezett

1000 g  
Nagykun-Hús Kft.



**COOP KLUB ÁR:**  
**2299 Ft**  
2299 Ft/kg

**2399 Ft**  
2449 Ft/kg

Eredeti ár: ~~2599 Ft~~  
Eredeti egységár: ~~2599 Ft/kg~~



**Bersi snack**  
**XXL sajtgolyók**  
több íz, 300 g  
Úšovsko Hungary Kft.

**COOP KLUB ÁR:**  
**1299 Ft**  
4330 Ft/kg

**1499 Ft**  
4997 Ft/kg

Eredeti ár: ~~1749 Ft~~  
Eredeti egységár: ~~5830 Ft/kg~~

## Roshen Wafers

több íz, 216 g  
Bonbonetti



**COOP KLUB ÁR:**  
**649 Ft**  
3005 Ft/kg

**699 Ft**  
3236 Ft/kg

Eredeti ár: ~~849 Ft~~  
Eredeti egységár: ~~3931 Ft/kg~~



**Dreher 24**  
több íz, DRS, 500 ml  
Dreher

**COOP KLUB ÁR:**  
**339 Ft**  
678 Ft/l

**359 Ft**  
718 Ft/l

Eredeti ár: ~~399 Ft~~  
Eredeti egységár: ~~798 Ft/l~~



**Apenta üdítő**  
több íz, 1500 ml  
Maspex

**349 Ft**  
233 Ft/l

Eredeti ár: ~~429 Ft~~  
Eredeti egységár: ~~286 Ft/l~~



**Rama**  
**Cremefine spray**  
250 ml  
Flora Food

**999 Ft**  
3996 Ft/l

Eredeti ár: ~~1299 Ft~~  
Eredeti egységár: ~~5196 Ft/l~~

## ÚJ SZOLGÁLTATÁSOK!



• **Mobilegyenleg-feltöltés**  
TELEKOM, YETTEL, ONE

• **Mérőóra-feltöltés**  
MVM: ÁRAM - GÁZ

• **Mobilszámla befizetés**  
YETTEL, ONE

• **Streaming utalvány vásárlás**  
NETFLIX, PLAYSTATION,  
ROBLOX, RIOT GAMES

LAPKER



## TARTALOMJEGYZÉK

3. oldal Köszöntő  
Tartalomjegyzék  
COOP Törzsvásárlói rendszer
4. oldal Ünneplés, tánc és elismerések:  
*Idén is bálózott a HUNOR COOP Zrt. közössége*
6. oldal Fődíjas a nagymágocsi Csapat  
A bálon kitüntetettek listája - 2025. legjobbjai
7. oldal Barátság, szakma és élmények  
– *cseh delegáció a HUNOR COOP-nál*
8. oldal Hazatérnek költözőmadaraink  
– *Mik a vándorlásuk titkai?*
9. oldal Hűség a madárvilágban  
– *Tényleg egy életre választanak párt?*
10. oldal Madárodúk a kertben  
– *apró lépések a természet védelméért*
11. oldal Ébrednek a természet  
– *Mi történik a téli álmot alvó állatokkal?*
12. oldal Kapcsolódva a mormotához:  
*Tavaszi filmajánló – Idétlen időig (Groundhog Day)*
13. oldal Április bolondja – egy nap, amikor a nevetése a főszerep  
Szeszélyes április – miért bolond az időjárás is?
14. oldal Mókás húsvéti locsolóversek kicsiknek és nagyoknak  
HUNOR könyvajánló egy kis áprilisi nevetéshez:  
*Rejtő Jenő teljes életműve*
15. oldal Egészség kis levelekben  
*Szentesi mikroöldségek érkeznek  
a HUNOR COOP Szupermarketekbe!*
16. oldal HUNOR receptajánló  
*fetás fügesaláta mikroöldségekkel*  
HUNOR HUMOR

## KEDVES OLVASÓNK! KEDVES TÖRZSVÁSÁRLÓNK!

Áprilisi lapszámunkkal a tavasz kiteljesedő, étellel teli világába hívjuk Önt. A természet már teljes pompájában ébred: virágba borulnak a fák, visszatérnek a költöző madarak, és a hosszú téli álomból lassan felébred az élővilág. Ez az időszak a megújulás mellett az öröm, a pezsgés és a közösségi élmények ideje is.

Magazinunkban ezúttal is számos inspiráló témával készültünk. Foglalkozunk a tavasz egyik legszebb jelenségével, a madarak visszatéréssel, bemutatjuk a természet újjászületésének apró csodáit, és betekintést nyújtunk azoknak az állatoknak az életébe, amelyek most bújnak elő téli pihenőjükből. Emellett praktikus tanácsokat, könnyed, szezonális recepteket és friss ötleteket is kínálunk, hogy a mindennapokba is be-csempésszük a tavasz üde hangulatát.

Különleges helyet kap lapszámunkban a HUNOR BÁL, amely idén is méltó módon hozta össze közösségünket. Az elegáns esemény nemcsak a szórakozásról, hanem az elismerésről is szólt: büszkén mutatjuk be azokat a kiváló munkatársakat, akik elhivatottságukkal, kitartásukkal és példamutató munkájukkal kiérdemelték a rangos kitüntetéseket. Megható pillanatok, ünnepi hangulat és közös élmények tették felejthetlenné ezt az estét, amely ismét megmutatta, milyen erős és összetartó közösséggé vált a Hunor Csapata.

Hiszünk abban, hogy az április nemcsak a természet, hanem a lelkünk megújulásának időszaka is. Egy séta a friss levegőn, egy új recept kipróbálása vagy egy közösen átélt élmény mind hozzájárulhatnak ahhoz, hogy feltöltődve, energiával telve folytassuk mindennapjainkat.

Bízunk benne, hogy áprilisi lapszámunkban mindenki talál számára kedves és hasznos olvasnivalót: inspirációt, feltöltődést és egy kis tavaszi varázst.

Fogadják szeretettel magazinunk áprilisi számát, kívánunk kellemes olvasást, napsütéses napokat és örömeiben gazdag tavaszt!

**Mészáros Mariann**  
szerkesztő

## ÚJ SZOLGÁLTATÁSOK!



**Mobilegyenleg-feltöltés**  
TELEKOM, YETTEL, ONE



**Mérőóra-feltöltés**  
MVM: ÁRAM -GÁZ



**Mobilszámla befizetés**  
YETTEL, ONE



**Streaming utalvány vásárlás**  
NETFLIX, PLAYSTATION,  
ROBLOX, RIOT GAMES



## IMPRESSZUM

Felelős kiadó: HUNOR COOP Zrt

Szerkesztő: Mészáros Mariann

Fotók: Vidovics Ferenc, Mészáros Mariann, HUNOR COOP Zrt,  
Rébék-Nagy Krisztián, PixaBay

Web: [www.hunorcoop.hu](http://www.hunorcoop.hu) • e-mail: [hunorcoop.marketing@gmail.com](mailto:hunorcoop.marketing@gmail.com)

Facebook: [www.facebook.com/hunorcoop](https://www.facebook.com/hunorcoop)

Előkészítés, nyomdai munkák: Rensz Magyarország Kft. E-mail: [szorolap@rensz.hu](mailto:szorolap@rensz.hu)

Törzsvásárlói Kártya



**PARTNERKEDVEZMÉNYEK**

# ÜNNEPLÉS, TÁNC ÉS ELISMERÉSEK: IDÉN IS BÁLOZOTT A HUNOR COOP ZRT. KÖZÖSSÉGE

Március 7-én ismét ünnepi hangulat töltötte be a hódmezővásárhelyi Fekete Sas báltermét, ahol a Hunor Coop Zrt. megrendezte immár hagyományos éves bálját. A patinás helyszín ezúttal is méltó otthont adott az eseménynek, amelyre idén is hatalmas létszámban érkeztek vendégek a régió különböző pontjairól, hogy együtt ünnepeljék az elmúlt év sikereit, és egy felejthetetlen estét töltsenek el együtt.

A bál különleges atmoszférájához ezúttal is hozzájárult a Fekete Sas bálterem eleganciája és történelmi hangulata, amely az alföldi bálkultúra egyik meghatározó helyszíne.

Az est kezdetén a vendégeket – nőnap alkalmából – egy szál rózsával köszöntötték, amely kedves gesztusként emelte az ünnep fényét. A svédasztalos vacsora során bőséges és különleges fogások, valamint ínycsiklandó desszertek várták a résztvevőket, minden igényt kielégítve.

A hangulat megalapozásáról idén is a **Szentesi Jövőnkért Néptáncgyűttes** gondoskodott: lendületes, látványos nyitóműsorukkal ismét elkápráztatták a közönséget, majd a fellépést követően közös táncra invitálták a vendégeket, akik örömmel csatlakoztak.

A hivatalos program egyik legfontosabb része ezúttal is a dolgozók elismerése volt. Az est során átadták a különböző fokozatú okleveleket, és a **Coop Életút Kitüntetés** is, melyet **Goda Anikó**, a makói Maros Áruház

volt vezetője vehetett át. A „fődíjat” pedig – azaz az „**Év Boltja**” címet – és az ezzel az elismeréssel járó wellness hétvéget pedig a **170-es számú NagymágoCSI ABC Csapata** érdemelte ki **Sándorné Bila Mónika** vezetésével, természetesen az egész éves kiemelkedő munkájukkal!

A vacsora után ismét a **ZsomBoys** együttes vette birtokba a színpadot, akik már tavaly is hatalmas sikert arattak. Az idei buliban sem volt ez másként: a táncter végig zsúfolásig megtelt, a résztvevők pedig szinte le sem akartak jönni róla, annyira magával ragadta őket a zene és a fergeteges hangulat.

Az est folyamán a közösség tagjai együtt ünnepeltek, táncoltak és élvezték



a kiváló programokat, amelyek idén is emlékezetessé tették a rendezvényt.

**Ezúton is szívből gratulálunk minden díjazottnak és résztvevőnek! A Hunor Coop Zrt. bálja ismét bebizonyította, hogy milyen erős, vidám, összetartó közösség áll a cég mögött. Jövőre ugyanitt, újra találkozunk – új élményekkel és újabb sikerekkel!**





# FŐDÍJAS A NAGYMÁGOCSI CSAPAT!

Az „Év Boltja” címet idén a 170-es számú Nagymágocsi ABC csapata érdemelte ki, amelynek vezetője Sándorné Bila Mónika. A bálhoz kapcsolódóan egy rövid beszélgetésben kérdeztük a boltvezetőt az elismerésről, a Csapatról és az elmúlt időszak tapasztalatairól.



A nagymágocsi lányok pályafutásuk során már negyedjére gyűjtötték be a legjobbaknak járó címet, ám Mónika elmondta, hogy most teljesen váratlanul érte őket a kihirdetett eredmény: „Egyáltalán nem számítottunk rá, igazán meglepődtünk, de természetesen nagyon örültünk neki!” – fogalmazott. Hozzátette, hogy bár nem volt teljes létszámban jelen a csapat, így is büszkén képviselték az üzletet az eseményen.

A boltvezető kiemelte, hogy a hosszú évek óta együtt dolgozó kollektíva stabil alapot jelent a mindennapokban, erős, baráti viszony van közöttük a magánéletben is, és ez sokat számít, hisz szívesen járnak be a boltba, örömmel végzik a közös munkát. Számos tagjuk már több, mint egy évtizede erősíti a közösséget, ami nagyban hozzájárul a jó munkahelyi hangulathoz és a vásárlók elégedettségéhez, akikkel már régóta név szerint is ismerik egymást. Mint mondta, a siker egyik kulcsa a csapat összetartása és a bizalom.

„Mi nem főnökként és beosztottként működünk, hanem emberként kezeljük egymást” – hangsúlyozta Sándorné Bila Mónika, hozzátéve, hogy a munkatársakkal való jó kapcsolat a vásárlói élményben is visszaköszön.

A beszélgetés során szó esett egy korábbi, nagyon szomorú veszteségről is: fiatal kolléganőjük, a csapat egy korábbi meghatározó tagja, Lencse Terézia sajnos váratlanul

elhunyt két évvel ezelőtt, és ez mély nyomot hagyott a közösségben. Mónika szerint: „Bár néhányan azt mondják, minden ember pótolható, Terike biztosan nem volt az... Egy igazi tartópillér volt ő a csapatunkban.” A veszteséggel megbirkózni komoly kihívás volt, mely szintén rávilágított az emberi kapcsolatok fontosságára.

A jövőt illetően a boltvezető bizakodó. Az üzletben több fejlesztés is történt már, tavaly ők is megkapták a napelemeket és további felújítások, modernizációk várhatók, amelyeket a dolgozók is örömmel fogadnak. Mint mondta, a munkatársak motiváltak és nyitottak az újításokra, ami szintén hozzájárul a folyamatos fejlődéshez, és természetesen izgatottan várják, hogy ismét együtt eltölthessék a győzteseknek járó wellness programokat.

**A Nagymágocsi ABC csapata a HUNOR COOP ZRT. hálózatának egyik meghatározó egységeként ismét bizonyította, hogy a szakmai elhivatottság, az összetartás és a vásárlók iránti figyelem hosszú távon is eredményre vezet.**



## A BÁLON KITÜNTETETTEK LISTÁJA - 2025. LEGJOBBJAI

### ARANY oklevelek:

#### Hálózatban:

- Sándorné Bila Mónika - a nagymágocsi 170.sz. Coop ABC vezetője
- Bába Sándorné - a baksi 119.sz. Coop ABC vezetője
- Borákné Murányi Judit - a fábiansebestyéni 321.sz. Coop Szupermarket vezetője
- Tyetyik Márta - a szentesi 57.sz. bolt vezetője

### EZÜST oklevelek:

#### Hálózatban:

- Benkő Mónika - a szentesi 111.sz. Coop Szupermarket vezetője
- Savanya Józsefné - az ászóthalmi 501.sz. Coop ABC vezetője
- Bakai Istvánné - a szentesi 130.sz. ABC vezetője
- Dezső Bálintné - a székkutasi 50.sz. bolt vezetője

#### Központban:

- Szarvas Beatrix - a Központi Igazgatás számviteli vezetője
- Lele Éva - a Központi Igazgatás adóügyi ügyintézője

### BRONZ oklevelek:

#### Hálózatban:

- Horváth Péterné - a földéki 4400.sz. Coop Szupermarket vezetője
- Csatordainé Libor Renáta - a derekegyházi 126.sz. Coop ABC vezetője
- Tolnai Ildikó - a maroslelei 4500.sz. Coop ABC vezetője
- Tóth Istvánné - a makói Maros Áruház csemege osztályának eladója
- Miklós Magdolna - a szentesi 111.sz. Coop Szupermarket vezető helyettese
- Némethné Szabó Edit - a nagymágocsi 170.sz. Coop ABC vezető helyettese
- Juhászné Nacsza Mária - a nagymágocsi 170.sz. Coop ABC vezető helyettese
- Túri Tünde - a baksi 119.sz. Coop ABC eladója
- Orovecz Diána - a fábiansebestyéni 321.sz. Coop Szupermarket vezető helyettese
- Vörös Zoltánné - a kalocsai 611.sz. Coop Szupermarket vezető helyettese
- Mihut Doina - a lajosmizsei 601.sz. Coop Szupermarket vezetője
- Varga Krisztiánné - a kiszombori 4200.sz. Coop Szupermarket vezetője
- Ráczné Rostás Terézia - a székkutasi 150.sz. Coop Szupermarket vezetője
- Mészáros Béla - a foktői 609.sz. Coop ABC vezetője
- Gógné Nagy Katalin - a szentesi 157.sz. Coop Szupermarket vezetője
- Nagy Róbertné - a fábiansebestyéni 21.sz. bolt vezetője

#### Központban:

- Huszka Zsanett - a Központi Igazgatás TB ügyintézője
- Battacs István - a Központi Igazgatás boltcsoportvezetője

### KÜLÖNDJÉ:

#### Hálózatban:

- Csikósné Hoksza Ildikó - a csanádpalotai 4800.sz. Coop Szupermarket vezetője
- Matuskáné Kádár Dóra - a szentesi 157.sz. Coop Szupermarket vezető eladója
- Király Ágnes - a szentesi 111.sz. Coop Szupermarket eladója
- Abineri Beatrix - a dunapataji 649.sz. Coop ABC pénztárosa
- Hunyadiné Tamaskó Ágnes - a bátyai 605.sz. Coop ABC vezetője

### A 2025. év LEGJOBB BOLTJA:

#### a 170.sz. Coop ABC Csapata Nagymágocs

- Sándorné Bila Mónika, Némethné Szabó Edit, Juhászné Nacsza Mária, Balogh Brigitta, Czene Hajnalka, Pitiné Ravasz Ágota, Szabó Georgina, Trenyikné Nagy Anita, Vincze Helga

### COOP Életút kitüntetés:

- GODA ANIKÓ - a makói Maros áruház volt vezetője

# BARÁTSÁG, SZAKMA ÉS ÉLMÉNYEK – CSEH DELEGÁCIÓ A HUNOR COOP-NÁL

Március 20–22. között háromnapos látogatást tett a HUNOR COOP Zrt.-nél a COOP BESKYDY négyfős delegációja. A találkozó nem csupán egy szakmai program volt, hanem egy több évtizedes barátság újabb fejezete is.



A két szervezet közötti kapcsolat régóta példaértékű, amely a kölcsönös tiszteleten és az együttműködésen alapul. A mostani találkozó kiváló alkalmat adott arra, hogy tovább erősítsük ezt a kapcsolatot.

Vendégeink számára igyekeztünk át-  
fogó képet adni működésünkről és min-  
dennapjainkról. A program során négy  
különböző Coop üzletet is megtekintet-  
tünk. Ellátogattunk a Kála áruházba, ahol  
a lottózó működését is bemutattuk. Meg-  
mutattuk a felújított, kívül-belül megújult  
Coop Vásár-hely Csemege áruházat is,  
amely méltán lehet büszkeségünk. Jár-  
tunk Óföldrőken, ahol a helyi bolt csalá-  
dias hangulata fogadta a vendégeket. A  
makói Maros áruházban pedig egy mo-  
dern, jól működő egység mindennapjai-  
ba nyerhettek betekintést.

A szakmai programokat kulturális  
élményekkel is színesítettük. Óföldrő-  
kon megtekintettük az erődtemplomot,  
amely országosan is egyedülálló építé-  
szeti különlegesség. A történelmi hang-  
ulat és az épület különleges atmoszférája  
mindenkit lenyűgözött. Makón a Hagy-  
matikum fürdőbe is ellátogattunk, amely  
nemcsak építészeti, hanem élmény-  
ben is maradandót nyújtott. Vendégeink  
elismeréssel szóltak a létesítmény egye-  
diségéről.

Egy rövid kitérő erejéig Szegedre is  
ellátogattunk, az Alföld egyik legszebb  
városába. A város hangulata és építé-  
szeti értékei mély benyomást tettek a  
delegáció tagjaira. Természetesen nem  
maradhatott ki a híres szegedi halászlé  
megkóstolása sem. A közös étkezés jó  
hangulatban telt, és tovább erősítette a  
baráti kapcsolatokat.



A három nap során számos szakmai  
tapasztalatot cseréltünk. Megosztottuk  
egymással a működésünkkel kapcsolatos  
jó gyakorlatokat és kihívásokat is. A be-  
szélgetések során új ötletek és inspirációk  
is születtek. Mindkét fél számára értékes  
volt ez a találkozás.

A látogatás végére egyértelművé vált,  
hogy a jövőben is számíthatunk egymás-  
ra. A barátság és az együttműködés to-  
vább erősödött. Vendégeink elégedetten  
és élményekkel gazdagodva tértek haza.  
Mi pedig büszkék vagyunk arra, hogy  
vendégül láthattuk őket.

A találkozó ismét bebizonyította,  
hogy a szakmai kapcsolatok mögött min-  
dig emberi történetek és valódi barátság-  
gok állnak. És ezek adják az igazi értéket  
a közös munkában



# HAZATÉRNEK KÖLTÖZŐMADARAINK – MIK A VÁNDORLÁSUK TITKAI?

**Amikor beköszöntött az ősz, vándorló madaraink útra keltek. A fecskék eltűntek, a gólyafészkek kiürültek, és sok ismert énekesmadár is elhagyta országunkat, ám végre itt a tavasz, és újra megtelnek csicsérgéssel a fák és az erdők!**

**A jelenség évszázadok óta foglalkoztatja az embereket: hová mennek ezek a madarak, és honnan tudják, merre kell repülniük?**



Sok faj minden évben ugyanarra a fészkelőhelyre tér vissza, még akkor is, ha több ezer kilométeres utat tett meg.

A vándorlás sokáig rejtély volt az emberek számára. A régi időkben különféle magyarázatok születtek:

- egyesek azt hitték, a madarak a „víz alá bújnak” télire
- mások úgy vélték, átalakulnak más állatokká



A madarak vándorlásának legfőbb oka az élelem hiánya. A hideg hónapokban jelentősen csökken a rovarok száma, a vizek befagynak, a nappalok rövidebbek lesznek. Sok faj egyszerűen nem találna elegendő táplálékot, ezért inkább útnak indul melegebb vidékek felé. A legtöbb Magyarországon költő madár Dél-Európába, a Földközi-tenger térségébe, illetve Afrikába vonul. A hosszú távú vonulók – például a fecskék és a gólyák – akár a Szaharától délre fekvő területeken, Közép- vagy Dél-Afrikában töltik a telet. Más fajok, például egyes rigók vagy poszáták, csak néhány száz vagy ezer kilométert repülnek, és Dél-Európában telelnek át.

Az indulás ideje általában augusztus és október közé esik, míg tavasszal március és május között érkeznek vissza. A madarak nem véletlenszerűen indulnak el: a nappalok rövidülése, az időjárás változása



A tudományos magyarázat csak a modern kutatásokkal vált világossá. A madárgyűrűzés során apró jelölést helyeznek a madarak lábára, így nyomon követhetővé válik az útjuk. Ma már műholdas jeladókat is használnak, amelyek pontos képet adnak a vonulási útvonalakról és pihenőhelyekről.

A madarak vándorlása a néphagyományban is fontos szerepet kapott. A fecskét a tavasz hírnökének tartották, a gólya pedig a szerencse és az új élet jelképe lett. Sok helyen úgy hitték, ahol gólya fészkel, ott áldás van a házon. A darvak őszi vonulása pedig az évszakok változásának egyik leglátványosabb jele volt.

Nem minden madár költöző. Az úgynevezett állandó madarak egész évben ugyanazon a területen maradnak. Ezek a fajok jobban alkalmazkodtak a téli körülményekhez: magvakat, bogyókat fogyasztanak, vagy az ember közelében találnak élelmet. Ide tartoznak például a verebek, cinegék és varjak.



és belső biológiai órájuk egyaránt szerepet játszik abban, hogy mikor kelnek útra.

Különösen figyelemre méltó, hogy a madarak milyen pontossággal találnak vissza. Tájékozódásuk többféle „eszközön” alapul:

- a Nap állását figyelik
- éjszaka a csillagokhoz igazodnak
- érzékeli a Föld mágneses terét
- emlékeznek tájképi elemekre, például folyókra, hegyekre



## **Magyarország legismertebb költöző madarai:**

- Fehér gólya
- Füstifecske
- Molnárfecske
- Sarlósfecske
- Kék vércse
- Bíbic
- Vadludak
- Csalogány
- Kakukk
- Barátposzátá
- Rozsdafarkú
- Partifecske
- Daru

A vándorlás nemcsak hosszú, hanem veszélyes út is. A madaraknak meg kell küzdeniük az időjárással, a ragadozókkal és az emberi környezet változásaival, sőt, néhány „tranzit helyen” sajnos még az ellenőrizetlen vadászattal is... Ennek ellenére minden tavasszal visszatérnek hozzánk.

**Amikor először halljuk meg a fecskék csivitelését, vagy meglátjuk az első gólyát a fészken, érdemes belegondolni: ezek az állatok több ezer kilométert tettek meg, hogy újra itt legyenek. A madarak vándorlása így nemcsak természeti jelenség, hanem a természet egyik leglenyűgözőbb, évről évre ismétlődő csodája.**



# HŰSÉG A MADÁRVILÁGBAN

## – TÉNYLEG EGY ÉLETRE VÁLASZTANAK PÁRT?

Sok ember számára ismerős a gondolat, hogy egyes madarak „életük végéig együtt maradnak”. A gólyapárok visszatérnek ugyanarra a fészekre, a hattyúkat gyakran a hűség jelképeinek tartják. De vajon valóban igaz, hogy a legtöbb madár egy életre választ párt?



**A válasz árnyaltabb:** sok madárfaj valóban tartós párkapcsolatot alakít ki, de ez nem mindig jelent szó szerinti „élet-hosszig tartó” hűséget. A madarokról inkább az úgynevezett monogámia jellemző, ami legtöbbször egy költési időszakra, vagy több egymást követő évre szól.

Ennek több oka is van. A fiókák felnevelése sok energiát igényel, és nagyobb eséllyel sikeres, ha két szülő dolgozik együtt:

- az egyik kotlik vagy védi a fészket
- a másik táplálékot szerez
- később mindketten etetik a fiókákat

Egy jól összeszokott pár hatékonyabban neveli fel az utódokat, ezért előnyös, ha a madarak visszatérnek ugyanahhoz a társukhoz.

A költöző madarak esetében ez különösen érdekes. Sok faj – például a gólyák és a fecskék – tavasszal gyakran ugyanar-

ra a fészkelőhelyre tér vissza, és ha a párjuk is megérkezik, újra együtt költenek. Ha azonban az egyik példány nem éli túl a telet vagy nem tér vissza, a másik új párt választ.

A legismertebb hazai költöző madarak közül többen is megfigyelhető a visszatérő párkapcsolat:

- a fehér gólyák gyakran ugyanazt a fészket és partnert használják több éven át
- a füsti fecskék sokszor visszatálnak korábbi párjukhoz, ha mindketten életben maradnak
- a molnárfecskék és partifecskék inkább kolóniákban élnek, náluk lazább a párkapcsolat



- a darvagnál erős párkötődés figyelhető meg, akár több évig is együtt maradhatnak
- az énekesmadarak (például csalogány, poszáta) általában csak egy költési időszakra alkotnak párt



Fontos különbség az is, hogy nem minden madár viselkedik ugyanúgy. Egyes fajoknál erősebb a kötődés, másoknál inkább „szezonális” kapcsolat alakul ki. Az is előfordul, hogy a látszólag hűséges párok mellett alkalmi párzások is történnek, ami a természetben nem ritka jelenség.

**A cél a sikeres utódnevelés, és ehhez gyakran az vezet, ha két madár hosszú ideig együtt marad, és természetes, hogy ebben meglátjuk a szépséget.**

**Van valami különleges abban, amikor tavasszal ugyanazon a háztetőn újra megjelenik egy gólyapár, vagy ugyanoda épül vissza a fecskefészek, ugyan-**

**abban a kis odúban keltének. Ezek a visszatérő kapcsolatok a természet állandóságát idézik, és nem véletlen, hogy az emberek szemében a hűség és az összetartozás jelképeivé váltak.**



# MADÁRODÚK A KERTBEN

## – APRÓ LÉPÉSEK A TERMÉSZET VÉDELMEÉRT

A madárodúk kihelyezése egyszerű, mégis rendkívül fontos módja annak, hogy segítsük a körülöttünk élő madarakat. A természetes költőhelyek – például az öreg, odvas fák – egyre ritkábbak, ezért a mesterséges odúk sok faj számára olyan létfontosságú menedéket jelentenek, ahol a madarak felnevelhetik fiókáikat.



### Egy kertben elhelyezett odú:

- növeli a madárfajok jelenlétét,
- segít a kártevők természetes gyérítésében,
- közelebb hozza a természetet a mindennapokhoz.

A madarak jelenléte ráadásul élővé és változatosabbá teszi a kertet – nemcsak hasznosak, hanem örömet is adnak.

### Mire figyeljünk az odúk készítésénél és kihelyezésénél?

Nem mindegy, milyen odút készítünk, és hova tesszük. Néhány alapvető szempont:

- **Bejárati nyílás mérete:** különböző



fajok különböző méretű röpnnyílást igényelnek. Ez védi őket a nagyobb ragadozóktól is.

- **Elhelyezés magassága:** egyes madarak magasabban szeretnek költeni, mások alacsonyabban vagy bokros részeken.
- **Tájolás:** érdemes a bejáratot kelet vagy délkelet felé irányítani, hogy védve legyen az erős szélről és esőtől.

- **Rögzítés:** stabilan kell rögzíteni, hogy ne mozogjon a szélben.
- **Anyag:** kezeletlen fa a legjobb, mert természetes és jól szigetel.

### Hányféle odútípus létezik?

Több alapvető odútípus ismert, például:

- **„A” típus:** kisebb testű madaraknak (pl. cinegék)
- **„B” típus:** valamivel nagyobb fajoknak (pl. verebek, seregélyek)
- **„C” típus:** félig nyitott odú, bokros környezetet kedvelő fajoknak
- **Speciális odúk:** például baglyoknak vagy denevéreknek



Minden típus más-más igényeket szolgál ki, ezért fontos előre eldönteni, mely fajokat szeretnénk segíteni.

### Nem mindegy, hova kerül az odú

A madarak élőhely-igénye eltérő:

- vannak, amelyek **bokros, sűrű növényzetben** érzik jól magukat,
- mások a **magas fák lombkoronáját** kedvelik,
- és olyanok is akadnak, amelyek **fa törzsén vagy annak oldalán** költenek szívesen.

Ezért érdemes többféle odút, többféle helyre kihelyezni.

### A verebek helyzete – miért fontos segíteni őket?

Az utóbbi években sokan észrevették, hogy sajnos jelentősen megfogyatkozott a verebállomány Magyarországon. Különösen a házi veréb száma csökkent látványosan.

### Miért fontos a házi veréb?

Mert szerepet játszik a rovarok gyérítésében, a városi és falusi ökoszisztémák része, jelenléte az egészséges környezet egyik jelzője. A verebek eredetileg épületek réseiben, tetők alatt, valamint bokros, fás területeken költöttek. Azonban a modern építkezések, felújítások, rovarhiány és a mezőgazdasági táj és módszerek átalakulása miatt ezek a helyek egyre inkább eltűntek.

### Verébhotel – közösségi megoldás

A verebek társas madarak, ezért számukra különösen hasznosak az úgynevezett „veréb-hotelek”: több odúból álló, egymás mellé sorolt fészkelőhelyek. Ezek lehetővé teszik, hogy akár kisebb kolóniákban költsenek, ami természetes viselkedésükhöz illeszkedik.

### Összegzés:

**A madárodúk kihelyezése nemcsak a madaraknak jelent segítséget, hanem nekünk is: gazdagabb, élőbb környezetet teremt. Ha odafigyelünk az odúk típusára, elhelyezésére és a madarak igényeire, valódi menedéket biztosíthatunk számukra – különösen az olyan veszélyeztetettebb fajoknak, mint a házi veréb.**



# ÉBREDEZIK A TERMÉSZET

## – MI TÖRTÉNIK A TÉLI ÁLMOT ALVÓ ÁLLATOKKAL?

Ahogy megérkezik a tavasz, a természet lassan újra életre kel. A fák rügyezni kezdenek, egyre több madárhang halatszik, és nemcsak a növények, hanem az állatok is „felébrednek”. Ilyenkor már könnyen találkozhatunk sünivel a kertekben, és a naposabb erdőszéleken is megindul az élet. De mi történik azokkal az állatokkal, amelyek egész télen szinte elűntek?



A válasz a téli álomban keresendő, amelyet a tudomány hibernáció néven ismer. Ez egy különleges állapot, amely során az állatok szervezete lelassul, hogy átvészeljék a hideg, táplálékban szegény időszakot.

A tél során:

- lecsökken a testhőmérséklet
- lelassul a szívverés és a légzés
- minimálisra csökken az energiafelhasználás

Tavasszal viszont, amikor melegszik az idő és újra megjelenik a táplálék, ezek az állatok fokozatosan felébrednek, és visszatérnek megszokott életükhöz.

A legismertebb „téli álmos” állatok közé tartoznak a medvék. Bár gyakran úgy gondolunk rájuk, mint amelyek mély álomba merülnek, valójában az ő téli nyugalma enyhébb, mint más fajoké. A barna medve például nem hűti le annyira a testét, mint a kisebb állatok, viszont hónapokig nem eszik, és a felhalmozott zsírtartalékait használja fel. Tavasszal, amikor előbújik a barlangjából, jelen-



tősen lefogyva, de újult erővel kezdi meg az élelemkeresést.

A kisebb testű állatoknál sokkal mélyebb a téli álom. A mormota például valódi hibernációba merül: testhőmérséklete drasztikusan lecsökken, szívverése lelassul, és hosszú hónapokra szinte teljesen mozdulatlaná válik. Nem véletlen, hogy hozzá is számos néphagyomány kapcsolódik, például a tavasz közeledtét „jósló” megfigyelések: A mormota-nap (Groundhog Day) egy február 2-i észak-amerikai hagyomány, mely szerint ha a Punxsutawney Phil nevű mormota meglátja az árnyékát (napos idő), a tél még 6 hétig tart, ha nem (felhős idő), akkor korai tavasz várható. A jóslatnak nincs tudományos alapja, a találati arány is viszonylag alacsony, inkább egy népszerű kulturális esemény lett belőle.

Eredet: A hagyományt német telepesek vitték Amerikába, ahol eredetileg sünnel jóstoltak, de mivel az nem honos, mormotára cserélték.



A kertjeinkben gyakran feltűnő süni egyébként szintén mély téli álmat alszik. Ősszel védett rejtekhelyet keres – például avar, farakás vagy bokrok alatt –, és ott húzza meg magát egészen tavaszig. Amikor az első melegebb napokon előbújik, az annak a jele, hogy a természet valóban ébred.

A medve és a mormota mellett még számos állat tartozik a téli álmat alvók közé. Ilyenek például:

- denevérek
- pelék
- ürgék
- egyes békafajok és hullók
- rovarok közül több faj is (például katicabogarak)

Fontos különbség, hogy nem minden állat alszik valódi téli álmat. Vannak olyan fajok, amelyek csak „téli nyugalmi állapotba” kerülnek, és időnként felébrednek.



Mások – például sok madár – inkább elköltöznek melegebb vidékekre.

**A téli álomhoz egyébként számos más néphagyomány is kapcsolódik:** A Gyertyaszentelő Boldogasszony (február 2.) a katolikus egyház egyik ünnepe, amely Jézus templomi bemutatására és Mária tisztulására emlékezik. E napon gyertyát szentelnek, amely Krisztust, a „világ világosságát” jelképezi. A néphagyományban időjós nap: ha süt a nap, hosszú tél várható, ha esik, hamarosan tavaszodik.

Gyertyaszentelés: A templomokban szentelt gyertyát (Mária-gyertya) a hívek hazaviszik. Ezt hagyományosan a betegágy mellett, keresztelőig az újszülött mellett, vagy vihar idején égették, mint oltalmazó erőt.

Időjárásjóslás: A legismertebb hagyomány szerint, ha ezen a napon a medve meglátja az árnyékát (azaz süt a nap), még 40 napig tart a tél.

A téli álom tehát nem csupán különös jelenség, hanem egy igazi népi hiedelemkör alapja, az állatok számára pedig egy jól működő túlélési stratégia. Tavasszal, amikor újra találkozunk ezekkel az állatokkal, érdemes belegondolni: hónapokon át szinte mozdulatlanul várták, hogy a természet ismét életre keljen. Az első előbújó süni vagy a napfényben megjelenő mormota így nemcsak egy állat, hanem a tavasz egyik legbiztosabb hírnöke is.



# KAPCSOLÓDVA A MORMOTÁHOZ: TAVASZI FILMAJÁNLÓ – IDÉTLLEN IDŐKIG (GROUNDHOG DAY)

Vannak filmek, amelyeket egyszerűen nem lehet megunni – és van olyan is, amelynek éppen ez a lényege. Az *Idétlen időkig* (eredeti címén *Groundhog Day*) egy olyan klasszikus, amely egyszerre vígjáték, romantikus történet és egy kicsit filozófiai elmélkedés is az életről.



hogyan ez a végtelen ismétlődés inkább átok, mint lehetőség.

A film egyik érdekessége, hogy a címadó „mormota-nap” és a történet alapja szimbolikusan is összekapcsolódik a téli álommal és az ébredéssel. Ahogy a mormota „kijön” a tél végén, úgy Phil is egyfajta lelki ébredésen megy keresztül. A történet végül arról szól, hogyan tanul meg a főhős fejlődni, másokkal törődni, és megtalálni az értelmet a mindennapokban.

Ez az egyszerre humoros és elgondolkodtató alapszituáció tette a filmet igazi klasszikussá. A nézők nemcsak a vicces ismétlődéseken szórakoznak, hanem azon is, hogy mit kezdenének ők egy hasonló helyzetben.

Az *Idétlen időkig* mára szinte külön fogalomná vált: gyakran használják arra, ha valaki úgy érzi, mindig ugyanaz történik vele újra és újra. Nem véletlen, hogy a film címe és a *Groundhog Day* hagyomány is összefonódott a köztudatban.



**Ez a film tehát nemcsak egy szórakoztató vígjáték, hanem egy különleges gondolkísérlet is arról, hogyan értékeljük a mindennapokat – még akkor is, ha néha úgy érezzük, mintha „ugyanaz a nap” ismétlődne újra és újra.**

A történet főszereplője egy cinikus időjárás-jelentő, Phil Connors (Bill Murray), aki egy kisvárosba utazik, hogy tudósítson a minden évben megrendezett Groundhog Day eseményről. Ez a hagyomány a mormotához kapcsolódik, amelyről úgy tartják, hogy viselkedésével megjósolja a tél hosszát.

Phil azonban egy különös időhurokba kerül: ugyanaz a nap ismétlődik újra és újra. Minden reggel ugyanarra ébred, ugyanazokkal az eseményekkel, ugyanazokkal az emberekkel. Eleinte kihasználja a helyzetet – hiszen bármit megtehet következmények nélkül –, de idővel rájön,



**COOP klub MOBIL APP** **VÁLTSD KI DIGITÁLIS HŰSÉGGKÁRTYÁD!** Csatlakozz Törzsvásárlói programunkhoz! Maxold ki a kedvezményeket!

- 1 Töltsd le a Coop Klub appot!  
App Store | Google Play
- 2 Regisztrálj mobilon és szerezz digitális Coop Klub kártyát!
- 3 Fedezd fel az azonnali kedvezményeket, gyűjtsd a pontokat garantált kuponokért, extra meglepetésekért!
- 4 Használd a kártyát minden vásárlásnál és érvényesítsd kedvezményeidet!

Az applikációban lévő digitális törzsvásárlói kártya, valamint a mobilkuponok a Coop Klub Mobilkupon emblémával ellátott üzletekben érvényesíthetőek.

# ÁPRILIS BOLONDJA – EGY NAP, AMIKOR A NEVETÉSÉ A FŐSZEREP

Van egy nap az évben, amikor a komolyság háttérbe húzódik, és teret ad a játékoságnak, a csínytevéseknek és a jókedvű átveréseknek. Április 1-je, azaz bolondok napja, generációk óta arra hív bennünket, hogy egy kicsit könnyedebben vegyük az életet – és egymást.

De vajon honnan ered ez a különös hagyomány?

A történészek szerint az áprilisi tréfák gyökerei egészen a 16. századig nyúlnak vissza. Amikor Franciaországban bevezették az új naptárat, és az újév ünneplését január 1-jére helyezték át, sokan még sokáig a régi szokás szerint, április elején köszöntötték az új esztendőt. Azokat, akik nem alkalmazkodtak az új rendhez – vagy egyszerűen csak nem tudtak róla –, gyakran megtréfálták, kinevették, „április bolondjának” nevezték.

Más elméletek szerint a hagyomány még régebbi, és a tavasz beköszöntéhez, az időjárás szeszélyességéhez kapcsolódik: ahogy a természet is „megtévesztő” tud lenni ilyenkor, úgy az emberek is játékosan megviccelik egymást.

Bárhonnan is ered, egy biztos: az évszázadok során az áprilisi tréfa világszerte elterjedt, és minden kultúra hozzátette a maga sajátos humorát. A közös nevező azonban mindig ugyanaz maradt: a nevetés, amely – ha jóindulatból fakad – közelebb hoz bennünket egymáshoz.

**Otthoni tréfák, amikkel mosolyt csalhatsz mások arcára**

Ha te is szeretnél idén egy kis vidámságot csempészni a hétköznapokba, íme néhány könnyed, ártatlan tréfa, amit otthon vagy a barátok körében is kipróbálhatsz:

- **Tréfa gyerekeknek: „meglepetés” nyalóka**

Csomagolj ki egy nyalókát, cseréld ki az édességet például egy kelbimbóra, majd csomagold vissza. A reakció garantált – de azért ne felejts el utána igazi finomsággal is kárpótolni a kicsiket!

- **Képernyőtrükk**

Készíts képernyőképet a számítógép/mobiltelefon asztaláról, állítsd be háttérképnek, majd rejtse el az ikonokat. A „lefagyott” rendszer látványa sokakat megzavar egy pillanatra.

- **„Fánk”, ami meglep**

Készíts cukormázzal bevont nyers zöldséget/hagymát, és kínáld meg vele az áldozatot. Az első harapás után biztosan emlékezetes lesz a pillanat.

- **Makacs egér**

Ragassz egy apró papírt a számítógépes egér aljára „Április bolondja!” felirattal. Amikor nem működik, a megfajtság gyorsan kiderül.



- **Pukkanó szőnyeg**

Helyezz buborékfóliát a szőnyeg alá. A következő lépésnél jön is a meglepetés.. Nincs szőnyeg? Helyezd a fürdőszőnyeg alá a buborékfóliát, mielőtt a zuhany alá lépnének, és várd a pukkanó hangokat. (Arra ügyelj, hogy a szőnyeg ne váljon csúszóssá a fóliától!)

- **Figyelő hűtő**

Ragassz öntapadós szemeket a hűtőben lévő ételekre és italokra. A hűtő kinyitásakor minden „visszanéz” majd az áldozatra.

Az áprilisi tréfák lényege azonban nem az, hogy zavarba hozzunk másokat, hanem hogy együtt nevéssünk. Egy jól sikerült csíny után a legfontosabb a közös mosoly – mert végső soron ez az a hagyomány, amely valóban időtálló.

## SZESZÉLYES ÁPRILIS – MIÉRT BOLOND AZ IDŐJÁRÁS IS?

**Nem véletlen, hogy a tréfák hónapja egybeesik az év egyik legkiszámíthatatlanabb időszakával. Áprilisban gyakran tapasztaljuk, hogy a napsütést percek alatt zápor, majd hűvös szél váltja fel – mintha maga az időjárás is tréfát űzne velünk. De mi áll ennek a jelenségnek a hátterében?**

A válasz a Föld légkörének tavaszi „átállásában” rejlik. A tél és a nyár közötti átmeneti időszakban a légköri rendszerek még nem stabilizálódtak. A hideg, sarkvidéki eredetű légtömegek és a délről érkező, melegebb levegő gyakran találkozik Közép-Európa térségében. Ez az ütközés erős légköri mozgásokat indít el: frontok alakulnak ki, amelyek gyorsan változó időjárást hoznak.

Ilyenkor a napsugárzás már egyre erősebb, így a talaj és a levegő alsó rétegei gyorsabban melegsznek fel napközben. Ez a felmelegedés instabillá teszi a lég-

kört, ami kedvez a gomolyfelhők kialakulásának – ezekből pedig hirtelen záporok, akár zivatarok is kialakulhatnak. Nem ritka az sem, hogy ugyanazon a napon napsütés, eső, sőt, néha még jégeső is előfordul.

A szél is fontos szerepet játszik: tavasszal gyakrabban erősödik meg, mivel a különböző hőmérsékletű légtömegek közötti nyomáskülönbség nagyobb. Ez a „légköri huzat” még tovább fokozza az időjárás változékonyságát.

Érdekes, hogy ezt a jelenséget már évszázadokkal ezelőtt is megfigyelték, és számos népi mondás is született róla. Az

egyik legismertebb szerint: „Áprilisi idő: hol sír, hol nevet” – ami meglepően pontos leírása a meteorológiai valóságnak.

**Bár az áprilisi időjárás néha próbára teszi a türelmünket, valójában fontos szerepet játszik a természet megújulásában. A gyakori esők táplálják a növényeket, a változó hőmérséklet pedig segíti az élővilág alkalmazkodását az új évszakhhoz.**

**Úgy tűnik tehát, hogy nemcsak az emberek, hanem maga a természet is szeret egy kicsit „bolondozni” tavaszszal.**

## MÓKÁS HÚSVÉTI LOCSOLÓVERSEK KICSIKNEK ÉS NAGYOKNAK

Én még kicsi vagyok,  
Verset nem is tudok,  
Majd jönnek a nagyok,  
Szavalthatnak azok!  
– De tojást azért kapok?

Anyám tyúkja tojt rá tojni,  
Ezért jöttem most locsolni.  
Nem kell nekem túl sok holmi,  
Elég lesz a tojást hozni!

Zöld erdőben jártam,  
Két őzikét láttam.  
Az egyik kacsintott,  
Ide a forintot!

Bal zsebemben kölni,  
jobb zsebemben bicska,  
ha adsz egy ezrest,  
a jobb nem lesz nyitva!

## HUNOR KÖNYVAJÁNLÓK EGY KIS ÁPRILISI NEVETÉSHEZ: REJTŐ JENŐ TELJES ÉLETMŰVE

**Van valami ellenállhatatlan abban, ahogyan Rejtő Jenő történetei beszippantják az olvasót: mintha egy kicsit mindig ugyanabba a poros kikötőbe, füstös kocsmába vagy abszurd idegenlégiós kalandba térnénk vissza – és mégsem tudjuk megunni!**



„– Uram! A késemért jöttem!

- Hol hagyta?
- Valami matrózban.
- Milyen kés volt?
- Acél. Keskeny penge, kissé hajlott. Nem látta?
- Várjunk... Csak lassan, kérem... Milyen volt a nyele?
- Kagyló.
- Hány részből?
- Egy darabból készült.
- Akkor nincs baj. Megvan a kés!
- Hol?
- A hátamban.”

Ki ne ismerné az idézett kezdősorokat? A Pizkos Fred, a kapitányt Rejtő Jenő talán legismertebb, legszeretettebb művét 1940-ben adták ki először. Azóta generációk nőttek fel a halhatatlan figurák Fülíg Jimmy, Buzgó Mócsing (az igazi Trebitsch) és a címszereplő, Pizkos Fred kalandjain. Szerencsére nem csak a humoros ponyvákat kedvelők körében népszerű a szerző, a magyar irodalmi kánon is elismeri Rejtő zsenialitását, nyelvi leleményeit, kiváló karaktereit.

### Egy külön zseni születése:

Rejtő Jenő (eredeti nevén Reich Jenő) a 20. század elején alkotott, és már fiatalon belekóstolt az élet sűrűjébe: csavargott Európában, dolgozott mindenfélért, és közben folyamatosan írt. Pályája elején színházi darabokkal és kabaréjelenetekkel

próbálkozott, de az igazi áttörést a ponyvaregények hozták meg számára.

Álnéven – főleg P. Howardként – publikált, ami egyszerre volt korának piaci fogása és játék a műfajjal. Az „álnyelv”, amit használ, valójában egy sajátos stílus: tökéletesen adagolt abszurd, pengeéles párbeszéd és olyan humor, amit azóta is sokan próbálnak imitálni.

Kortársai szerint Rejtő a való életben is sziporkázó, csípős humorú figura volt, aki ugyanazzal a groteszk látásmóddal szemlélte a világot, mint amit a könyveiben is visszaadott. Tragikus sorsa (munkaszolgálatban halt meg) csak még inkább kultikus alakjává tette a magyar irodalomnak.

Ha egyetlen szóval kellene leírni Rejtőt: „utánozhatatlan”. Történetei egyszerre kalandosak és teljesen abszurdak, hősei pedig legendás figurák.

### Pizkos Fred és Fülíg Jimmy – a rajongók kedvencei:

A legismertebb és legnépszerűbb történetek közé tartoznak a Pizkos Fred–Fülíg Jimmy világába tartozó regények:

1. Az elveszett cirkáló
2. Pizkos Fred, a kapitány
3. Pizkos Fred közbelép, Fülíg Jimmy őszinte sajnálatára
4. A megkerült cirkáló

Ezekben számos ikonikus figura jelenik meg, és garantált, hogy minden oldalon nevetni fogsz!

### Gorcsev Iván – az abszurd hős:

1. A tizennégy karátos autó
2. Vanek Úr Párizsban

Gorcsev figurája tökéletes példája annak, hogyan lehet valaki egyszerre szerencsétlen és zseniális – és közben végig-röhögjük az egész történetet!

És persze ott vannak még a komikus krimik, légiós sztorik, és a klasszikus „testőr trió” regényei is, mint például:

1. Az elátkozott part

2. A három testőr Afrikában

### Képregények – új élet a klasszikusoknak:

A Rejtő-regények nemcsak könyvként működnek zseniálisan. A Korcsmáros Pál által illusztrált képregényváltozatok igazi különlegességek, amiket érdemes vadászni a könyvesboltokban.

### Hangoskönyvben még jobb?

Különösen ajánlott: Kern András, Reviczky Gábor és Rudolf Péter felolvasásában.

Az ő tolmácsolásukban a párbeszéd és poénok szó szerint életre kelnek – abba-hagyhatatlan a hallgatásuk!

Hol találod meg őket?

- YouTube-on (sok klasszikus fenn van)
- könyvtár appokban, például Scribd
- Voiz, Storytel, Google Play Könyvek

### Miért kultikus még ma is?

Legyen szó regényről, képregényről vagy hangoskönyvről, az életműve egy igazi kincseshánya – és talán pont ezért működik még ma is ennyire jól: mert egyszerre nevettek, meglep és egy kicsit kifordítja a világot a sarkaiból.

### Zárásképp, extra kedvcsinálónak pedig itt van még egy ikonikus regény-nyitány:

„Gorcsev Iván, a Rangoon teherhajó matróza még huszonegy éves sem volt, midőn elnyerte a fizikai Nobel-díjat. Ilyen nagy jelentőségű tudományos jutalmat e poétikusan ifjú korban megszerezni példátlan nagyszerű teljesítmény, még akkor is, ha egyesek előtt talán szépséghibának tűnik majd, hogy Gorcsev Iván a fizikai Nobel-díjat a makao nevű kártyajátékon nyerte el, Noah Bertinus professzortól, akinek ezt a kitüntetést Stockholmban, néhány nappal előbb, a svéd király nyújtotta át, de végre is a kákán csomót keresők nem számítanak; a lényeg a fő: hogy Gorcsev Iván igenis huszonegy éves korában elnyerte a Nobel-díjat.” (A tizennégy karátos autó)

# EGÉSZSÉG KIS LEVELEKBEN

## SZENTESI MIKROZÖLDSÉGEK ÉRKEZNEK A HUNOR COOP SZUPERMARKETEKBE!

A márciusi lapszámunkban már bemutattuk azt az innovatív kezdeményezést, amely a jövő mezőgazdaságát hozza közelebb a mindennapokhoz. Most azonban új szakaszához érkezett az együttműködés: a **Greenprove** mikrozöldségei (smallies) áprilistól már a HUNOR COOP ZRT. szentesi és környékbeli szupermarketeiben is elérhetővé válnak – első, közös piaci kísérletként.



A termék mögött egy családi történet áll. **Kocsis Sára**, a vállalkozás egyik ötletgazdája és ügyvezetője, férjével együtt még Angliában kezdett el tudatosabban foglalkozni az étkezéssel. Mint meséli, a kiindulópont egészen hétköznapi volt:

„Megvettük a zacskós salátát, kibontottuk, és két nap múlva már használhatatlan volt. Egyszerűen nem voltunk elégedettek a minőséggel, ezért elkezdtük keresni, hogyan tudnánk magunknak jobb, és főképpen vegyszermentes alternatívát találni.”

A megoldás végül egy váratlan forrásból érkezett: egy kanadai városi kertészeti blog inspirálta őket, ahol először találkoztak a mikrozöldségek világával. Az ötlet hamar komolyabb tervek formálódott, és amikor 2019-ben hazaköltöztek Szentésre, már tudatosan készültek arra, hogy belevágjanak.

„A mezőgazdaság valahol mindig jelen volt az életünkben, de nem akartunk a hagyományos irányba menni. Olyan megoldást kerestünk, ami rugalmasabb, fenntarthatóbb – és gyors visszacsatolást ad. A mikrozöldségeknél, még ha kezdőként hibázol is, két hét múlva jön a következő kör, nem vész kárba egy egész szezonnyi munka.”

A kezdetek szerények voltak: néhány tálca a kerti fóliában, kísérletezés, tanulás. Mára azonban egy tudatosan épített, kontrollált, beltéri termesztésre épülő rendszerrel dolgoznak, ahol minden egyes növény fejlődését napi szinten követik.

„Minden tálcára külön figyelünk. Ha bármi probléma van, azonnal látjuk, kiemeljük, és nem terjed tovább a rendszerben. Ez a fajta odafigyelés adja a minőséget.”

A beltéri, kontrollált környezet nemcsak a kiszámíthatóság miatt fontos, hanem azért is, mert lehetővé teszi a teljesen vegyszermentes termesztést.

„Semmit nem használunk – csak vizet. A zárt rendszer miatt nincs szükség növényvédelemre, így valóban tiszta, természetes élelmiszert tudunk előállítani.”

De mi is pontosan a mikrozöldség, és miért kap egyre nagyobb figyelmet?

A mikrozöldségek fiatal növények, amelyeket már az első valódi levelek megjelenésekor betakarítanak – így nem csírák, de nem is „bébi zöldségek”, hanem egy külön kategóriát képviselnek. Intenzív ízük, élénk színük és magas tápanyagsűrűségük miatt váltak a modern, egészségtudatos táplálkozás egyik meghatározó szereplőjévé.

Népszerűségük mögött egyszerre áll a friss, helyben termelt élelmiszerek iránti növekvő igény, a fenntartható – például függőleges farmokon történő – termesztés terjedése, valamint az a felismerés, hogy kis mennyiségben is jelentős tápértéket képviselnek. Kutatások szerint egyes fajták akár többszörös vitamin- és antioxidáns-tartalommal bírhatnak a kifejlett növényekhez képest.

„A célunk mindig az volt, hogy egészségesebben egyen a magyar. Olyan alapanyagot szeretnénk adni, ami kis mennyiségben is valódi értéket képvisel.”

A most induló együttműködés egyik legfontosabb célja éppen az, hogy ez a prémium kategóriába sorolt termék közelebb kerüljön a lakossági fogyasztókhoz.

„Mostanáig főként éttermeknek termeltünk, de szeretnénk nyitni a vásárlók felé is. Eddig 30 négyzetméteren voltunk, de most, hogy a HUNOR COOP egy régi üzlethelyiségét is kibéreltük, már 200 négyzetméterre



nőtt a termesztési felület, és napelemeket is szeretnénk telepíteni az épületre. Ha növelni tudjuk a mennyiséget, hatékonyabbak leszünk, tudjuk csökkenteni az árat, és így szélesebb kör számára is elérhetővé válhatnak a mikrozöldségek.”

A HUNOR COOP ZRT. üzleteiben induló tesztidőszak éppen ezt a célt szolgálja: felmérni, hogyan fogadják a vásárlók ezt az új termék kategóriát.



A **Greenprove** hosszú távú célja egy olyan fenntartható élelmiszertermelési modell kialakítása, amely ötvözi a hagyományos mezőgazdaság tapasztalatait a modern, kontrollált környezetű technológiákkal. Olyan rendszert építenek, amely egész évben, kiszámítható minőségben képes friss, vegyszermentes alapanyagokat előállítani, miközben minimalizálja a környezeti terhelést és hatékonyan használja fel az erőforrásokat.

A jövőben nemcsak a termelés bővítése, hanem az új termékek – például kész saláták, funkcionális italok vagy „előre csomagolt készételes” megoldások – fejlesztése is szerepet kap, hogy a mikrozöldségek még könnyebben beépülhessenek a mindennapi étrendbe.

**A vízió egyértelmű: olyan minőségi, tápanyagban gazdag élelmiszert kínálni, amely nem kiváltság, hanem mindenki számára elérhető alap. A HUNOR COOP-nál most ennek a szemléletnek az első kézzelfogható lépései jelennek meg a boltok polcain: az első termékcsomagban lila retek, brokkoli és napraforgó mikrozöldség palettát találnak majd a kedves vásárlóink! Jó étvágyat kívánunk hozzá!**

# HUNOR RECEPTAJÁNLÓ

## FETÁS FÜGESALÁTA MIKROZÖLDSÉGEKKEL

### Hozzávalók (2 adaghoz):

- 4–6 friss füge
- 100 g feta sajt
- 1 marék rukola vagy vegyes saláta
- 1 kisebb marék mikrozöldség (pl. retek, napraforgó)
- 1–2 evőkanál dió vagy pekándió (pirítva, opcionális)
- 1–2 evőkanál olívaolaj
- 1 teáskanál méz
- 1 evőkanál balsamecet vagy balsamecet krém
- Só, frissen őrölt bors ízlés szerint



### Elkészítés:

A fügéket mosd meg, majd vágd félbe vagy negyedekbe.

A fetát morzsold vagy kockázd fel.

Egy nagy tálban keverd össze a rukkolát és a mikrozöldségeket.

Add hozzá a fügét és a fetát.

Szórd meg a pirított dióval (ha használod).

Egy kis tálban keverd össze az olívaolajat, mézet és balsamecetet, majd ízesítsd sóval, borssal.

Locsold meg az öntettel a salátát, és óvatosan forgasd össze.

### Tipp:

Extra ízért adhatsz hozzá pár szelet prosciuttót vagy sonkát.

Ha intenzívebb ízt szeretnél, használhatsz kecskesajtot feta helyett.

A mikrozöldségek nemcsak dekoratívak, hanem friss, enyhén csípős ízt is adnak!

# HUNOR HUMOR

## TALÁLÓS KÉRDÉSEK

Miért rossz a tetűnek?

– Mert egy hajszálon függ az élete...

Miért tévednek kevesebbet az állatok?

– Mert tévedni emberi dolog.

Mennyi egy ember átlagos alvásigénye?

– Csak még öt perc...

Mit csinál az asztronauta ha szomjas?

– Űrkutat ás.



## 2026. április 2-12-ig

### AJÁNLATAINK A SPÓROLÁS MESTEREINEK!

#### Pur Power lemon

1200 ml  
Eredeti ár: 1499 Ft,  
Eredeti egységár: 1249 Ft/l

COOP KLUB ÁR!

**1199 Ft**  
999 Ft/l



#### Detki Háztartási darált keksz

500 g  
Eredeti ár: 829 Ft,  
Eredeti egységár: 1658 Ft/kg



COOP KLUB ÁR!

**699 Ft**  
1398 Ft/kg



#### Friss Citrom

0,0%, több íz, DRS 500 ml

329 Ft,  
658 Ft/l



2 db vásárlásakor

**299 Ft/DB**  
598 Ft/l

Visszaváltási logó esetén\* +50 Ft

#### Somersby cider

4,5%, több íz, DRS 330 ml

Eredeti ár: 539 Ft,  
Eredeti egységár: 1633 Ft/l



**469 Ft**  
1421 Ft/l

Visszaváltási logó esetén\* +50 Ft



#### Dr. Oetker sütőpor családi csomag

4x12g 48 g  
419 Ft,  
8729 Ft/kg

2 db vásárlásakor

**519 Ft/2DB**



#### Dr. Oetker vanillincukor családi csomag

4x8g% 32 g  
429 Ft,  
13406 Ft/kg

2 db vásárlásakor

**519 Ft/2DB**

#### Tento Kéztörölő Strong

3 réteg, 2 tekercs

Eredeti ár: 939 Ft,  
Eredeti egységár: 470 Ft/db



**759 Ft**  
380 Ft/db

#### Raffaello

150 g  
Eredeti ár: 1499 Ft/kg

COOP KLUB ÁR!

**1399 Ft**  
9327 Ft/kg

