

HUNOR Magazin

18. ÉVFOLYAM, 30. SZÁM



**ÚJ HENTES A
HUNORNÁL?**
Szőke András
stand-up a
húspult mögött

*MOSOLY
HUMOR
AJÁNDÉKOZÁS*



A mosoly és nevetés
különleges ereje

Ünnepi témák
Ajándékötletek!

Segítségünk együtt!



**Támogassa Ön is az Országos
Mentőszolgálat Alapítványát a
hűtőmágnes megvásárlásával!**

Önnek egy kedves ajándék, másnak nagy segítség!



Keresse üzleteink pénztárainál!

**A jótékonyági promóció 2021. december 31-ig tart.
Üzleteink listáját megtalálja a www.hunorcoop.hu oldalon.**

TARTALOMJEGYZÉK

3. Köszöntő
Tartalomjegyzék
Coop Törzsvásárlói rendszer
4. „Gyanús” alakkal találkoztunk
a szentesi Coop Szupermarketben...
7. A nevetés „tudománya”
8. Nevetni és nevetetni
Sikeres ajándékozók szeretnének lenni?
9. Karácsonyi gondolatok
Kiemelkedő páros győzelmek és kihívások
10. Hunor programajánló:
Remek hosszúhétvégés kirándulások
minden évszakra!
12. Vidámság, család, hagyomány, kultúra
13. Egy körkép meséje
Írta: Dr. Horváth Görgy
14. 20 éves a Szentesi Lecsófesztivál
20 éve „mosoly járvány” hódít Szentesen
16. Hunor receptajánló
- Karácsonyi hólabda torta
Hunor Humor
Keresztrejtvény

KEDVES OLVASÓNK! KEDVES TÖRZSVÁSÁRLÓNK!

Hamarosan itt a karácsony, néhány nap, és új évet kezdünk, mely sokak számára a tiszta lapot is jelenti. Ez a család, az ünneplés és a remény időszaka, amikor természetes az, hogy kicsit pozitívabban állunk hozzá a dolgokhoz.

Valljuk be, sajnos az elmúlt másfél-két év a járvánnyal és a világban zajló eseményekkel nem sok vidámságra adhatott okot, de szerencsére az emberiség legfőbb erénye az alkalmazkodó képesség az, hogy még a rossz dolgokból is ki tudjuk hozni a legjobbat. Most sem volt ez másképp, a humor, az önirónia és az internetes mém (vicces kép) gyártás pillanatok alatt utat tört magának, a kreativitás és a humorérzék sziporkázott.

A HUNOR COOP-nál szinte minden az emberekről szól. Napi kapcsolatban vagyunk törzsvásárlóinkkal és kezdetektől fogva fő jelszavunk, hogy a „mosolygós kereskedő a jó a kereskedő”. Mosollyal kell köszönteni mindenkit, aki betér hozzánk, mert a mosoly és a jókedv ragadós. Egy mosoly az ajándék. Ingyen van, mégis rengeteget ad, és hiába kell időnként maszkkal takarnunk az arcunkat, a szemünk is ugyan úgy mosolyoghat. Szeretnénk egy kis vidámságot csempészni mindenki életébe, és szerencsére az idei jubileumi Lecsófesztiválon ezt a jókedvet megint egy egész városnyi emberre kiterjeszthettük. Magazinunkban is tartjuk ezt a jó szokásunkat. Mostani számunkban a mosolyé kiemelt szerep, mely mellé főszereplőnknek meg is választottuk a humor egyik igazi nagykövetét, Szőke Andrászt. Riportunkból megtudhatják, hogyan sikerült Andrásznak átvennie a hatalmat a hentespultunk felett, szó lesz a nevetés erejéről, az okos ajándékozásról, az összefogás fontosságáról.

Tartsanak velünk most is!
Áldott, békés karácsonyi ünnepeket,
és boldog,

MOSOLYBAN GAZDAG új évet kívánunk mindenkinek! 😊

a HUNOR COOP Csapata nevében:
Mészáros Mariann,
szerkesztő



A Coop Klub törzsvásárlói program

Vásárlásai után a Coop Klub törzsvásárlói kártyájával pontokat gyűjthet. Minden 20 Ft vásárolt érték után 1 pont jár. Az összeggyűjtött pontokért a törzsvásárlói kuponokkal jutalmazzuk. A törzsvásárló 5000 pontonként egy 500 Ft engedményre jogosító hűségkupont kap.



TÖLTSE KI AZ IGÉNYLŐLAPOT,
és már használhatja is
kártyáját



VÁSÁROLJON
Minden 20 Ft vásárolt érték után
1 pont jár.



GYŰJTSE A PONTOKAT



5000 PONT UTÁN
Vegye át kuponjait a pénztárnál:
500 Ft értékű hűségkupon + EXTRA kedvezmények

„GYANÚS” ALAKKAL TALÁLKOZTUNK A KÁLA ÁRUHÁZBAN...

Furcsa viselkedésű és megjelenésű alak jelenlétére lettek figyelmesek a szentesi Coop Szupermarket vásárlói és munkatársai. A gyanús férfi követte az üzletvezetőt, majd üldözte Mészáros Zoltán vezérigazgatót, aki végül még a pultok között bujkálva sem tudott kitérni az elszánt látogató elől. Szerencsére kiderült, hogy rendőrt nem kell hívni, csupán fotóst és operatort, ugyanis Szőke András humorista minden áron a HUNOR Magazinunk címlapjára óhajtott kerülni, valamint a hentespult felett is át kívánta venni az irányítást. Tény, ami tény, ilyen kitaró ostromnak végül mi sem tudtunk ellenállni...



adtak neki. Most azt kéne mondanom így hatvan évesen, hogy az életem egy rövidebb szakasza zajlott Szentesen. De az a gyerekkor, a gimnázium, a gimnázium előtti időszak nagyon meghatározó volt számomra. Azokat az élményeket az ember akár filmes alkotásokban, akár történetekben, akár más munkákban is tovább viszi. A gyermekkor, a serdülőkor, az álmon-

Tóth József Színház újjászületését próbáltuk egy, mondjuk úgy, hogy szatirikus, ironikus, de szeretettelgi történetben elmesélni. Gyakran fölvetődik a kérdés, hogy mi a „szentesiség”, vagy a szentesi lét, mert rengeteg helyen lehet hallani az országban mászkálva. Sok, a médiában-művészetben ismert vagy fontos személy került el innen. Itt nem csak a fiatalokra gondolok, mint Kőhalmi Zoltán, vagy a még nála is fiatalabbakra. Kicsit még vissza kell menni időben, ugyanis Őze Lajost, az ő üzeneteit is meg kell itt említeni, vagy Bácskai Miska bácsit, a gimnázium ikonikus igazgatóját.

Mit tanított meg Szentes? Mik ezek a titkok? Ahol most állunk, mondhatnánk azt, hogy ez egy beszélgetés, egy riport helyszíne. De pár másodperccel ezelőtt ez az itteni környezet másképpen működött, létezett. A vásárlók megelevenedtek, beszélgettek, kacagtak, volt egy „hentes”, a hentes pultban jelmezben, és mindez egy történetként beleépült valami másba. Az, hogy nem voltak háttérszereplőink, nem voltak híres színészeink, hanem öt perc alatt az itt élők, munkás emberek, gazdaasszonyok, háziasasszonyok egyszer csak jöttek, elhangzott az a varázsszó, ami a Horváth Mihály Gimnáziumban, Bácskai Miska bácsinál mindig elhangzott - „hogya fölmész a színpadra,

Na de a viccet félre téve (persze csak egy kicsit!), igazi spontán forgatási helyszínné változott üzletünk, lelkes statisztáinkat pedig nem kellett csapóval ösztönözni a folyamatos nevetésre.

Szőke András Szentes egyik leghíresebb művészbere, aki itt született és innen vitte jó hírért a városnak, filmjeivel Balázs Béla-díjat nyert, humoristaként Karinthy-gyűrés, és számtalan filmalkotás és rendezés áll már az önéletrajzában, stand-upjai egyedülállóak. Már nyáron is forgatott a HUNOR központjában legújabb filmjéhez, **A delelő obsitos és a fekete bárány**-hoz. (Tősgyökeres Szentesieknek már a cím is sokatmondó...) A vígjáték a Tóth József Színház újjászületéséről szól, és ízig-vérig érződik rajta az igazi szentesi humor, mely már egy egész országra hatást gyakorolt. A Leecsőfesztyávról is ellátogatott hozzánk, hisz a magyaros ízek nagy rajongója, most pedig egy újabb jelenettel bővült az ominózus filmalkotás.

A forgatás után Szentesessel kapcsolatos meghatározó élményeiről és a nevetés-humor fontosságáról, erejéről kérdeztük őt:

Ez a bolt – „a Marx téri Skála” – rengeteg élményt elevenít fel bennem. Sok-sok évvel ezelőtt ide jártunk vásárolni, illetve a közeli piacra. Ezek kultikus helyek, ahol vásárnaponta mindenfélét „is” árultak, de a sajtárusok, zöldségesek, kofák nagyon különleges hangulatot

nak az elindulása, keresése az független attól, hogy ötven-hatvan vagy hetven évet élünk, ez ott marad. Tehát Szentes bennem van. Azt is mondhatnám, hogy létezik bennem egy „belső Szentes”. A mai Szentes már teljesen más, rengeteg modern épülettel, üzlettel – mégis, kötődésem nem változott. Néhány hónapja Badár Sándorral, Horváth Jancsival, számomra nagyon fontos színészekkel, példaképekkel, Gáspár Sándorral, Gáspár Tiborral, Reviczky Gabival, Szarvas Jósikával, Gulyás Erikával itt dolgoztunk. A Szentesi





Szőke András legújabb statisztáival

változzék meg minden, és a mesétől jöjjön létre az álom" -, így ez az áruház megelevenedett, és egy filmgyári helyszínné változott. Pedig nem voltak díszletezők, nem voltak jelmeztervezők, nem voltak operatőrök - csupán egy kis kamera -, ám volt a hit, és volt a jókedv hozzá és ebből lett egy közösségi élmény. Ezt adja Szentes, ezért vagyunk most itt. A tanítások a régiektől érkeztek, és nagyon remélem, hogy napjainkban is jelen van Szentesen a drámai sokszínűség, mely a következő generációt is ugyanúgy fogja tanítani, mint ahogy minket.

Hamarosan itt vannak az ünnepek. A karácsony üzenete - a család, a barátság - mit mondat el veled?

Ez egy sokkal nehezebb kérdés, hogy a közelgő ünnepek és az ünnepek szimbolikája az mennyire fontos, és erről nehezebb szórakoztatóan mesélni, mert az én tapasztalatom az, hogy Európában a médián keresztül nagyon furcsa üzenetek érkeznek. Visszacsatolva Szenteshez, az én gyerekkorom, a múltam, az a családból építkezik, és a családban történt eseményekből. Mi nem voltunk olyan jó anyagi körülmények között, de maga a karácsony, az ünnepek, az együttlét, az ajándékozás, az egyfajta belső csend. Abból a mikroközegből táplálkoztam, ahol anya, apa és a gyermek, vagy a gyerekek együtt vannak. Ehhez képest azt látom, hogy pulzál, vibrál a világ. A karácsony sajnos sok esetben az ajándékok vásárlásáról, halmozásáról szól. Elveszik a személyes ajándékok készítése, az alkotás és kreativitás varázsa, üzenete. Lehet, hogy kicsit szegényebbek voltunk, de

azokból az apró dolgokból mindig tudtunk akár az ünnepi asztalra valamit létrehozni. Valami szokatlant. Azt gondolom, hogy ha a karácsony üzenetét most keressük, akkor ebbe a szeretetteljes irányba kell visszatérni. Én remélem, hogy a karácsony, ahogy megérkezik, sokunknak ezt fogja hozni.

Hogyan találtál rá a humor és a stand-up műfajára? Már fiatalon, kisgyerekként is érezted, hogy tehetséged van a nevetetésre?



A Horváth Mihály Gimnázium egy olyan terep volt, hogyha az ember oda felvételt nyert, akkor az megtiszteltetésnek számított. Tehát volt egy olyan adottsága Szentesnek a gimnáziumon és az ottani pedagógusokon keresztül, ami lehetőséget teremtett arra, hogy színpadi technikával, jelenléttel foglalkozhasson az ember. Ennek volt egy előzménye számomra, mégpedig a Köztársaság téri Általános Iskola, ahol volt egy Horváth Ilonka nevű tanár néni. Magyar tanár volt, és diákszínjátszással is foglalkozott. Készítettünk egy önálló színdarabot, a Ludas Matyit. Ekkor Döbrögi szerepét eljátszva valahogy már itt találkoztam azzal, hogy egy karakternek a

megformálása mosolyt csalhat az emberek arcára. Én akkor úgy döntöttem, hogy azt a karaktert vállalom, amelyik esendőbb, negatív szereplő, és a nézők nem feltétlenül neki fognak drukkolni, mégis ő az igazi humorforrás. Munkásszüleim voltak. Édesapám szobafestő volt és szinte mindenki ismerte ebben az időben. Az ő történetmesélései, habitusa egyszerű munkásembereként hozhatta ezt, édesanyám pedig varrónő volt, ő is közösségekben dolgozott, tehát onnan is jött ilyen fajta élmény.

14 éves koromtól a gimnázium teljes egészében egy klasszikus táptalaj lett, a délutáni szakköri munkák egészen biztos, hogy segítettek a humorral teli önkifejezésben, mert 1978-ban nagyon kevés olyan magyarországi középiskolát találunk, ahol voltak filmes technikai eszközök és laborálnak is, ahol elő is lehetett hívni a filmeket. Ez azért könnyítette meg a munkát, mert rögtön sikerélményekben bővelkedtünk.

Annak nagyon örülök, hogy Badár Sanyi elindulásában is részt vehettem, mert ezek az alkotásaink mind Szentesből, a szentesi szubkultúrából, a mindennapi élet klasszikus helyszíneiből táplálkoztak, és igazából nincs rá egy olyan pontos recept, hogy mi a titok Szentesen, amit sokan keresnek.

Szerinted mi adja az igazán jó humor savát-borsát?

Szerintem a dráma az előzménye a humornak.

A sűrítés és a dramatika nélkül nem tud létrejönni használható humor, ugyanakkor a humor azt feltételezi, hogy legyen egy olyan befogadó közeg, aki erre rezonál. Nyilvánva-

lóan létezik angol humor, létezik vietnámi humor, ausztrál humor, amit nem biztos, hogy egy európai ember teljes egészében tud dekódolni. A humor mindig egy adott szubkultúrához, egy olyan mikroközeghez kapcsolódik, amit a hallgatóság ért.

Mennyire indultál el tudatosan a pályádon, vagy mennyire sodródtál eleinte az árral?

Függetlenül attól, hogy manapság sok minden mással is foglalkozom, de az, hogy a film és a humor művészeti ága felé fordultam, az teljesen tudatos döntés volt.



Ha fejlődni akart az ember, a főváros felé kellett elindulni. Az alkotói folyamatok kezdeti szakaszai zajlódhatnak vidéken, de nem lehet megkerülni azt, hogy a döntési mechanizmusok, majd a speciális technikai igények, azok csak a fővárosban találhatók meg. Ez nagyon nagy baj, mert én azt feltételezem, hogy ennek az országnak valójában a



titka nem a fővárosban található meg - szellemi értelemben sem, vagy a természethez kapcsolódó mindennapi lét üzeneteiben -, hanem vidéken. Legalábbis én ezt érzem. Ott van egy fordított abszurditása ennek a közegnek, ahol a vidék a táptalaja mindennek, de nem tudod egyszerűen Budapestet kikerülni. Sok más szakmára is igaz ez. Ám ahhoz, hogy áramolhasson Budapestben egy energia egy emberen keresztül, ahhoz mindig kapcsolatban kell lenni a vidékkel. Mert Budapest nem igazán teremt, hanem Budapest felszív. Aztán persze csoda tudja, hogy 200 év múlva mi lesz. Most azt tudjuk, hogy nekünk van egy fővárosunk, Budapest, van egy országunk, Magyarország, és ha visszatérünk a humorhoz és a mi feladatunkhoz, úgy tudunk segíteni, hogy elérjük, legyen egy jó kapcsolat a főváros és a vidék között. Azt mondom, hogy kereskedelmi szempontból is, áruforgalom és fogyasztás szempontjából is a vidék megkerülhetetlen. Egyetlen egy megoldás van, hogy a vidéknek erősödnie kell.

Vannak-e kifejezetten különleges, vagy fontos emlékeid a nevettetéssel kapcsolatban, amik megmaradtak? Mire képes a mosoly ereje?

Egy nyugdíjasoknak szervezett fellépésen voltunk Badárral. Amikor az előadás véget ért oda lépett hozzánk egy idős hölgy és ezt mondta: „Maguk nem is tudják, hogy mennyire fontos dolgot tesznek, de csak tegyék ezt továbbra is, mert Maguk a nevetetésükkel gyógyítanak, és energiát adnak nekünk azzal, hogy kacaghatunk. Ettől mi azt kapjuk, hogy van az életnek további értelme.” Így utalt a munkánkra, hogy mi kifejezetten a gyógyítás egyik fáziséval foglalkozunk. Mert a nevetés az feloldozás is. Azt kérte, hogy csak ne hagyjuk abba, mert a nevetetéssel mindenkinek segíthetünk. Ha az ember elgondolkodik ezen, akkor rájön, hogy óriási felelőssége van, mindig fel kell kötni a gatyát, mert ha az ember csak félvállról csinálja mindezt, akkor lehet, hogy nem tud segíteni, gyógyulni mindazoknak, akik várják, hogy halljanak valamilyen vicces, nevetető történetet.



A NEVETÉS „TUDOMÁNYA”



Manapság, főleg az elmúlt időszakban egyre több kihívásnak és stressznek voltunk kitéve életünk minden területén, melyet bizony sokszor nem, illetve nem helyesen tudunk levezetni, kezelni.

Pedig a feszültség oldásának van egy nagyon egyszerű, ám annál nagyszerűbb módja, ráadásul mindig a rendelkezésünkre is áll. Ez a nevetés!

Ennek ellenére úgy tűnik, hogy hiába a világ legkézenfekvőbb dolga, felnőtt korára sok ember elfelejt nevetni, vagy túl keveset nevet. Pedig ez az első dolog, amit megtanulunk, az első mosoly az, amire szüleink oly annyira vártak! A nevetés velünk született dolog. A kisbabák már az első hetekben elmosolyodnak, és pár hónaposan már hangos nevetésre képesek. Ám a statisztikai adatok szerint a gyermekkorban átlagos napi 400 kacagás helyett a felnőtt átlag ma alig 15... Pedig mára már egyértelműen bizonyított, tudományos tény lett a nevetés „boldogsághormon”-termelő, stresszhormon-csökkentő hatása.

Hatására jobb lesz a közérzetünk, javul a kedélyállapotunk, jótevékenyen befolyásolja családi, munkahelyi kapcsolatainkat. Javítja a külső megjelenésünket. Tiszta, sugárzó, nyílt tekintet varázsol, ami fiatalít, szépít. Sőt, „testmozgásnak” is kiváló, így a kacagás „belső kocogás” néven is ismert.

De akkor szedjük is össze, pontosan miért is érdemes edzeni azokat a rekeszizmokat! (Figyelmeztetés: hosszú lista lesz!)

1. Gyógyítja a testet: Csillapítja a fájdalmat. Csökkenti a gyulladást. „A hétköznapi tapasztalat azt mutatja, hogy azok az emberek, akiknek megadatott, hogy könnyű szívvel, nevetve járják az élet útját, általában egészségesebbek és életrevalóbbak, mint pesszimistább embertársaik” - tartja egy nevetéskutató. Immunerősítő, emésztést és vérkeringést szabályozó szerepe van.

2. Felér egy edzéssel: A belső szervek és sejtek oxigénellátása ugrásszerűen megnő a

nevetés során. Jobb, mint egy aerobik gyakorlat. A tüdő kitágul, a légzés intenzitása nő. Állítólag 17-18 izom lendül működésbe, csak az arcon. Az egyéb izmok nemcsak ellazulnak általa, de meg is erősödnek. Egy kiadós nevetéssel úgy megtornáztatjuk a hasizmainkat, mint egy sor felüléssel!

3. Csökkenti a megbetegedés esélyét: hatására csökken a szervezetben a kortizol nevű stresszhormon, így kisebb az esélye annak, hogy valamilyen pszichés, vagy abból adódó testi betegség alakuljon ki. Egy kiadós nevetés után az izmok ellazulnak, a fizikai feszültség, stressz elmúlik.

4. A nevetés felér egy jó lelki terápiával: Több kutatás szerint a nevetés a legjobb lélekerősítő, amely a testre is remek hatással van. Nincsenek antidepresszánsok, nincsenek mellékhatások, legfeljebb egy kis izomláz az arcunkban és hasunkban.

5. Javítja a memóriát: A nevetés jót tesz a memóriának, élénkíti az agyműködést, számos pozitív folyamatot indít be, melynek hosszú távon is sok előnye van.

6. Jótékony hatása van a társas kapcsolatokra: A humor és a játékos kommunikációs formák pozitív erővel bírnak, ezáltal elősegítik az emberek közti érzelmi kapcsolatokat. A nevetés miatt pozitív kötelék alakul ki az emberek között, ami segít elkerülni a nézeteltéréseket, fokozza a hatékony és kellemes együttműködést.

7. Szimpatikusabbnak/vonzóbbnak találunk: A kutatások szerint a gyakran mosolygó embereket barátságosabbnak látjuk a többieknél, és vidámságuk a többiekre is jó hatással van. A mosolygás tehát ragályos is lehet, a szó legjobb értelmében. Az ilyen emberek társaságát keressük és élvezzük.

8. Oda-vissza hat: Ha boldogok vagyunk, mosolygunk. De vajon fordítva is így van? Boldogabbak leszünk-e, ha sokszor mosolygunk? A tudomány szerint igen, mivel a mosolygásnak több pozitív élettani hatása is van és végül az egész egy „önbeteljesítő jóslatként” valósul meg.

9. A mosolygás produktívabbá tesz: A sok nevetés és mosoly hatékonyabbá is tesz. A boldogságnak pozitív hatása van a munkahelyi teljesítményre. Ennek az ellenkezője is

igaz: ha szomorúak vagyunk, és eluralkodnak rajtunk a negatív érzések, az befolyásolja a teljesítményünket.

10. A mosoly ragadós: Ha ránk mosolyog egy barát, egy kolléga, vagy akár egy idegen, mi automatikusan visszamosolygunk rá. Ez a tükroneuron miatt van, mely egy olyan idegsejt, ami tükrözi annak a személynek a tevékenységét, mintha azt a megfigyelő végezné. Ezért mosolygunk vissza, akár önkéntelenül is arra, aki ránk mosolyog. Így a mosolygás akár ragadós is lehet!

11. Nem utolsósorban pedig léleksimogató hatása: Növeli az önbecsülést, a magabiztosságot, ami által könnyebben megtaláljuk helyünket, szerepünket a világban.



A kacagás az egész emberre hat, testre, szellemre, lélekre egyaránt – sőt még a környezetünkre is. A nevetést

tehát egyáltalán nem érdemes többé tréfának tekinteni!

Lássuk hát meg az élet derűsebb oldalát:

- *Tudjunk nevetni önmagunkon. Például osszuk meg a vicces, kínos pillanatainkat ismerőseinkkel.*

- *A kevésbé komoly beszédstílus is segít azon, hogy ne legyünk túl komorak.*

- *Találjuk meg a humort a kínos helyzetekben is, az ironia mindig jól jön.*

- *Tartsunk vidám apróságokat, játékokat a környezetünkben, a falunkon, az asztalunkon, vagy az autóinkban. Irodánkban egy vicces kép is feldobhat minket. Számítógépre, mobilra képernyőként is választhatunk olyan fotót, ami megmosolyogtat, boldoggá tesz.*

- *Ha vannak kisállataink, játszunk velük sokat! Egy cica vagy egy közelünkben mindig vidám kutyus ellenállhatatlanul vonzzák a nevetést.*

- *Ügyeljünk arra, hogy családjunk, barátaink, gyerekeink eleget szórakozzanak, nevesse-nek! Néha egy társas játék, egy vidámpark, egy vígjáték, egy stand-up comedy, egy színházi komédia teljesen bearanyozhatja a napunkat és még egy borús, hideg télbe, vagy egy rosszul induló hétbe is vidámságot csempészhetsz.*



NEVETNI ÉS NEVETTETNI

Azt már előző cikkünkben megállapítottuk, hogy a nevetés nemcsak kellemes, hanem hasznos dolog is. De mi a helyzet mások nevettetésével?



A mosoly ajándék, a nevettetés pedig kész szakma, és ezzel már az ősidőkben is tisztában voltak. A görögök és a kínaiak már évszázadokkal ezelőtt hittek jótékony erejében, ezért fogadtak fel például komédiásokat gyógyítás céljából.

A komédia elnevezés eredete a görög komosz „falusi mulatság” szóból származik, és az ókori vígjátékokat nevezték így először. Hamarosan aztán számos új formát is kapott a nevettetés: A középkor udvari bolondjai közismert figurák. Nemigen képzelhető el nélkülük egy valamire való királyi rezidencia. Megjelentek a komédiások, a mesemondók, a költészetben is egyedi formát öltött a humor, és a bábszínházak – színházak állandó eleme és vonzereje lett. Sokszor csakis a humoron és irónián keresztül fejezhette ki az átlagember a frusztrációját, vagy csípős véleményét egy-egy

kényes téma iránt. (Nem csoda tehát, hogy az elnyomó, diktatórikus rendszerekben igen veszélyes és üldözött művészeti forma lett a humor és a komédia...) Mark Twain amerikai író úgy fogalmazott, hogy nem az öröm, hanem a bánat az igazi mozgatója a humornak.

Sokan úgy tartják, hogy az intelligencia és a humorérzék között szoros összefüggések fedezhetőek fel. Sőt, ma sértésnek számít az, ha valakinek azt mondják, hogy nincs humorérzéke.

Az egyik alapvető feltétele a humor fejlesztésének, hogy kevésbé vegyük komolyan magunkat.

A humor igen erőteljes módja annak, hogy összekösse az embereket – a nehéz időkben is. Ha a mindennapi, monoton életünkbe egy kis vidámságot, humort csempészünk, azzal nem csak a magunk, de környezetünk kedélyállapotán is javíthatunk, baráti, vagy szerelmi kapcsolatainkról nem is beszélve.

De hogyan nevetessünk?

Jó hír, hogy azért nem kell színésznak, vagy humoristának lenni ahhoz, hogy képesek legyünk az egyszerű hétköznapiakon egy kis nevetést kicsalni másokból. Néhány kis tipp hozzá:

- **Mutassunk/küldjünk a másoknak valami vicceset:** legyen az egy vicces kép, cikk, videó, a lényeg, hogy derüljete egy jót rajta.
- **Adjunk apró ajándékokat:** akár kis saját készítésű dolgok, süti, de ha jól ismerjük az adott illetőt tudjuk, hogy minek örülne a legjobban.
- **Adj néha egy ölelést,** vagy játékos érintést.
- **Mondj egy viccet!** Még az is jó, hogy borzasztó, vagy fárasztó, sőt, azon is lehet nevetni, ha belekavarodsz.
- **Nosztagliázzunk!** Nincs is jobb annál, mint újra röhögni a vicces helyzeteken és emlékeken a régi ismerősökkel vagy családtagokkal.
- **Mondjunk néha egy őszinte dicséretet:** ha valakit jobb kedvre akarunk deríteni, szinte biztos siker.
- **Biztass valakit:** egy mosoly, egy ösztönző szó, vagy egy vicces megjegyzés stresszoldó lehet.
- **Állíts be nekik vicces háttérképet titokban** – ez garantált nevetés vagy mosoly.
- **Grimaszolj néha:** pofon egyszerű, mégis egy jó időben vágott bizarr arckifejezés egy szürke napot is képes feldobni. (Pláne, ha még fotó is készül róla!)

TIPPEK: LEGYÜNK SIKERES AJÁNDÉKOZÓK!

Itt a tél, jön a karácsony, de lehetne akár szó születinapról vagy névnapról, jeles alkalmakról – ami biztos: az ajándékvásárlás újra és újra visszatérő dolog. Sokan vannak, akik imádják, másoknak azonban komoly fejtörést okoz. Ajándékozni jó. Ezt mindannyian tudjuk, biztosan tapasztaltuk már. Semmi sem ér fel azzal a mosollyal és örömmel, amit az ajándék kibontásakor szeretteink arcán látunk.

Most igyekszünk pár tippet adni azoknak, akik esetleg bajban vannak néhány ajándék kiválasztásával, tervezésével kapcsolatban:

1. Induljunk ki magunkból! Nézzünk szét a lakásunkban, konyhánkban, irodánkban, autóunkban, kertünkben! Ha olyasmit ajándékozunk, ami számunkra kedves, akkor maga a gesztus is kifejezi a törődést.

2. Figyeljünk a másokra! Sok esetben egy elkapott megjegyzésből megtudhatjuk, hogy mit is szeretne a másik. És ami a legfontosabb: azonnal írjuk le! Tartsunk például a telefonunkban egy „AJÁNDÉKÖTLETEK” listát.



3. Nem feltétlenül kell meglepetésnek lennie: Sokan azt hiszik, az ajándéknak szerves része a meglepetés, ám az emberek többsége örül annak, ha azt kapja, amire szüksége van. Ezért mindig érdemes rákérdezni erre.

3. Ajándékozzunk hasznos dolgot! A hasznos ajándék jó ajándék. Nézzünk szét háztartási eszközök, műszaki kutyák, ételek-italok, sportszerek, kozmetikumok között. Vannak olyan dolgok, amik mindig kellenek, de sajnos esetleg drágák, vagy gyorsan fogyó eszközök.

4. „Bűnös élvezetek”: Mi az, amit szeretünk, de néha nagyon meggondoljuk, hogy költsünk-e rá? Drága csokik, édességek, különleges italok, szivarok, kozmetikumok... Ha nálunk is ilyen különleges listán van valami, akkor valószínűleg az ajándékozott is nagyon örülne neki.

5. Egyedi ajándékok: itt a lista már már végtelen. Választhatunk valami kézműves különlegességet a helyi vásárból, vagy pedig elmehetünk a teljesen egyedi, személyre szabott meglepetések irányába is, melyhez már rengeteg ötletet találhatunk az interneten.

6. Élmények! Élményt ajándékozni mindig garantált siker – sőt, dupla élvezet! Mert, amikor az ajándékozott elmegy a színházi előadásra, moziba, szabadulószerződésbe, élményvezetésre, cirkuszba, lövészetre, stb., akkor garantáltan újból eszébe jutunk és megkapjuk a boldog visszajelzést egy telefonon, vagy képek formájában (vagy akár a legjobb esetben mi magunk is elkísérjük az illetőt!)

KARÁCSONYI GONDOLATOK

„Fel nagy örömmre, ma született,
aki után a föld epedett...”

Gárdonyi Géza

„Isten itt állt a hátam mögött,
S én megkerültem érte a világot...”

József Attila

Várakozás, keresés: ez az advent, a karácsony előtti időszak legfontosabb teendője. Ahogy József Attila írta élete egyik utolsó versében, csak meg kellett volna fordulni, és rátalálok Istenre.

Ha tényleg elhisszük, életünk arról szól, hogy keressük a válaszokat, keressük Istent. Azt aki - bár körbejártam a világot, sok mindent láttam, tapasztaltam -, de születé-

semtől fogva ott állt mögöttem. Erről még Presser is írt egy szép dalt Ruzsa Magdinak: Ott állt mögöttem címmel. Csak 180 fokot kell megfordulnunk és ott a helyes út. Legtöbben viszont még egy fokot sem mindig tudnak eltérni az általuk jónak vélt iránytól. Pilinszky János költő, 1968 karácsonyán ezt írta:

„Az evangéliumi tudósításokban nyoma sincs semmiféle győzelmes hangsúlynak. Ellenkezőleg. Valamiféle szerény rejtekezés lengi be az Írás idevaló lapjait. De a szív épp e gyengédségben ismeri fel Mesterét. Igen, ez a mi Istenünk, a szeretet Istene! Valaki mintha szólított volna: megfordulunk és ott áll előttünk.”

Második éve küszködünk a világjárvánnyal. Gondoljunk át mindent újra meg újra:

megtettem-e mindent, hogy a családom, a környezetem biztonságban legyen? Figyeljünk egymásra. Ez is az új útra lépés első feltétele, a gondoskodás mások felé, amit Isten röviden csak úgy sugall: szeretet.

Dr. Horváth Görgy



KIEMELKEDŐ PÁROS GYŐZELMEK ÉS KIHÍVÁSOK



Az elmúlt időszak minden profi sportoló számára nagy kihívást jelentett, hiszen a bizonytalanság és a változó versenynaptárak az élsport legnagyobb ellenségei. A HUNOR COOP által támoga-

tott kiemelt szentesi tenisztehetségnek, **Drahota-Szabó Dorkának** is ezzel a helyzettel kellett megbirkóznia, hiszen mióta kalandos úton hazatértek Braziliából (még a járvány első hulláma elől „menekülve”), azóta sorozatban elmaradó, halasztódó versenyekkel kell kalkulálnia. Elmondása szerint a mezőny is nagyon felsűrűsödött emiatt, hiszen a szokásos heti 10-11 verseny helyett csupán 3-4-et rendeznek meg a világban, így az ellenfelek is mindenhol nagyon erősek lettek.



„Talán az volt eleinte a legnehezebb, hogy folyamatosan fenntartsuk a motivációt, mivel én nagyon versenycentrikus vagyok, és ez a hullámmó, sok kihagyással járó időszak nem jött jól nekem. Több hónap kihagyás után kicsit küszködtem azzal, hogy visszalendüljek a korábbi formámba és a versenyzésbe.”

Ám Dorka nem hátrált meg a kihívástól, és a kitartás meg is hozta a szép eredményeket: sikerült három nagy páros tornagyőzelmet is aratnia, kettőt Törökországban, Antalyában, egyet pedig Budapesten.

„A pesti 25 ezer dolláros összdíjazású verseny első helye volt az eddigi legnagyobb tornagyőzelmem. Korábban nem voltam kifejezetten páros játékos, bevallom kicsit féltem is tőle, bizonytalannak éreztem magam a hálónál, de idén egyre jobban ráéreztem, és ezek a meccsek és győzelmek jó kapaszkodót adnak. Tud segíteni az egyéni teljesítményemben és a motivációban.”



Nagy élmény volt számára az is, hogy elindulhatott élete első WTA tornáján Budapesten. A sok-sok ingázás, Törökországba repülés után azonban most egy jól megérdemelt pihenőidőszak jön az ünnepekig, utána pedig már megvannak a felkészülési tervek:

„A január nagy része Budapesten fog telni, a Nemzeti

Edzőközpontban állok neki a felkészülésnek. Babos Csaba fog edzeni, és valószínűleg Temesvári Andrea is segít. Remélem minél többet tudok majd együtt edzeni a magyar játékosokkal, és akár a fiúkkal is lesz lehetőség készülni.”

Bár Dorka elmondása szerint még a jövő évi versenynaptár is eléggé bizonytalannak tűnik, mi kívánjuk neki, hogy minél hamarabb álljon vissza minden a régi kerékvágásba, és sok szép eredményt érjen el a jövőben is!

Dorka ideai sikerei:

ITF 25.000 \$ Budapest páros tornagyőzelem (októberben) Cajsa Hennemann-nal
ITF 15.000 \$ Antalya páros tornagyőzelem (novemberben) Tóth Amarissával
ITF 15.000 \$ Antalya egyéni elődöntő (novemberben)
Felnőtt magyar bajnok párosban Tóth Amarissával, egyéniben 3.(szeptemberben)
ITF 15.000 \$ Antalya páros tornagyőzelem a svéd Cajsa Hennemann-nal (februárban)
WTA selejtező (júliusban)

HUNOR PROGRAMAJÁNLÓ:

REMEK HOSSZÚHÉTVÉGÉS KIRÁNDULÁSOK MINDEN ÉVSZAKRA!

Mostani számunkban olyan programokat és úticélokot ajánlunk Önöknek, melyeket mi is kipróbáltunk, így bizonyítottan tudjuk ajánlani kedves Olvasóinknak, hogy érdemes felfedezni Magyarország ezen rejtett gyöngyszemeit.

A Balatont tipikusan nyári úticélnak gondolnánk, ám a többi évszakban is igazán különleges élményt nyújthat – főleg a Balaton-felvidék gyönyörű tájai és látványosságai. Ám még ne szaladjunk ennyire előre!

Ha innen a Dél-Alföldről indulunk a Balaton felé, ahogyan „kis” csapatunk is tette az éves HUNOR COOP szakmai kirándulásán, akkor érdemes már rögtön az elején beiktatni pár különleges megállót, hiszen ez az útszakasz bővelkedik érdekes látnivalókban.

Ebben az évben úgy döntöttünk, hogy egy kis irodalommal és történelemmel „meglegítünk be”, és Petőfi Sándor életének fontos helyszíneihez igazítjuk első megállóinkat.

Több hely is magának követeli a „Petőfi szülőhelye” megtisztelő címet, három város tekinti a maga szülöttének: Kiskőrös, Szabadszállás és Kiskunfélegyháza. Évtizedek óta áll a harc e három település között, amelyek nem adták fel a jogaikat és maguknak követelik a halhatatlan költőt. Ezek közül Kiskőrös a legismertebb a tanításban, ám mi most **Kiskunfélegyházát** és **Szabadszállást** vettük fel úticéljaink közé. Félegyháza belvárosában több helyszín, szobor és tábla is megemlékezik a költőről és családjáról, de már különleges építészeti látnivalók miatt is érdemes itt egy sétát tenni. Szabadszálláson lelkes helyi vezető várt minket: itt is szobor jelöli Petőfi szülőhelyét. Különleges látványosság még a helyi Tájház és a híres Dörmögő ház a város határában, mely pedig másik fiatal költőnk, József Attila életében volt fontos helyszín, hiszen ide jártak

le a nagyapjához, és még híres versében is megemlékezik róla.

A környékünkéről a Balatonra igyekvőknek valószínűleg nem kell bemutatni **Dunaföldvár**at, hiszen valószínűleg számos alkalommal átkeltek már Önök is a dunai hídján, ám híres halászcárdája mellett érdemes néha fellátogatni a várba is, megcsodálni a Csonka Toronyból a gyönyörű kilátást, megtekinteni az érdekes múzeumot, várbörtönt, valamint az időszakos kiállításokat.

Következő helyszínünk tényleg egy rejtett gyöngyszem, amit még nem sokan ismernek: **Alsószentivánon** néhány éve került felújításra a Szluha Kastély, melynek különlegessége, hogy templomként funkcionál és búcsújáró hely, hiszen itt őrzik a Fatimából kapott Szűzanya szobrát (az eredeti másolata, és ez is ott készült). A kastély valóban gyönyörű lett és az épületet övező parkot tényleg belengi valamiféle misztikus légkör. A helybéliek külön kérésre kinyitják a kastélyt, és nagyon kedves fogadtatásban részesülnek az ide látogatók.

A Balaton előtti utolsó megállónk **Simon-tornyára** vezetett, az itteni vár és múzeum igazi középkori hangulatot áraszt, garantáltan visszarepít minket az időben az itt töltött néhány óra.

„Főhadiszállásnak” végül mi **Balatonfüredet** választottuk, ez egy ideális hely lehet mindenki számára kiindulópontnak az északi part felfedezéséhez, hiszen gyönyörű tóparti sétánya minden évszakban magával ragadja az embert.

Másnap **Tihanyban** kezdtünk az apátság bejárásával, majd megnéztük **Kővágóörs** különleges Kötengerét a régi idők malomköveinek alapjain járva. Az ebédet a **bada-csonyörsi** Folly Arborétumban költöttük el, mely egy hihetetlen mediterrán hangulatot

árasztó kis mesevilág szebbnél-szebb fákkal, növényekkel.

Délutáni programnak tudjuk ajánlani az ebéd ledolgozásához a **szigligeti** vár- és hegymászást, ez mindenképpen garantál egy kis izomlázatot, de a balatoni teljes panoráma kilátásért minden kaptató és lépcsőfok megéri!

Este pedig egy kis pezsgőzős hajókázással pihentük ki fáradalmainkat.

Az utolsó, vasárnapi napon **Balatonalmádi** felé indultunk, hogy bejárjuk a modern alkotásokkal teli Európa Szoborparkot, majd **Veszprém** felé fordultunk. Gondoljuk, nem kell senkinek sem bemutatnunk a királynők városát, de mivel hamarosan Európa Kulturális Fővárosa is lesz, érdemes újra és újra ellátogatni ide, mert valóban számtalan látnivalót rejt. Ez egy olyan város, melyet körbe lehet járni néhány óra alatt is, ám akár el lehet itt tölteni hosszú napokat is, annyi különlegességet rejt.

A hazafelé tartó úton pedig azt ajánljuk: senki ne hagyja ki **Ozorát** és a Pipo Várkastélyt! Egyszerűen gyönyörű az épület minden része, szép a kiállítás, érdekes a tárlatvezetés. Garantáltan mindenki élvezni fogja ezt a megállót is!

Reméljük sikerült kis ajánlónkkal/élménybeszámolóunkkal meghozni a kedvet az utazáshoz, kiránduláshoz. Fedezzük fel hazánk tájait, hiszen nem is gondolnánk mennyi rejtett kincsre lelhetünk!





VIDÁMSÁG, CSALÁD, HAGYOMÁNY, KULTÚRA

A HUNOR COOP CÉGCSOPORT MUNKATÁRSAINAK ÉS AZOK CSALÁDJÁNAK EGY REND-
HAGYÓ CSALÁDI NAPOT SZERVEZETT JÚLIUSBAN AZ ÓPUSZTASZERI NEMZETI PARKBAN.



2021-ben a munkatársaknak szervezett legnagyobb rendezvényünk, a Hunor bál a járványhelyzet miatt sajnos elmaradt. A legjobbak elismerését, a kitüntetések csak kis csoportokban, szűk üzleti körben tudtuk átadni. Azt ígértük valamennyi csapattagunknak, hogy amennyiben lehetőség lesz arra, hogy együtt összejöjjünk és széles körben ünnepeljünk, meg fogjuk szervezni. Az Ópusztaszeri Családi Nap a legjobbak megünneplése mellett a Nemzeti Park csodálatos környezetében, rengeteg élményt adó látványosságot tekintve egy igazi csapatépítés volt.

Közel 600 fő, elsősorban a munkatársak családjai, gyermekei, unokái fedezhették fel ezt a különleges helyszínt. A Feszty körkép misztikus hangulata, a gyalogosan és lovaskocsival bejárt helyszínek emlékei egy kis időutazáson vezették át a résztvevőket. Meglepetés program volt a látványos lovasbemutató ősi öltözetben és fegyverrel. Kicsit meg tapasztalhatta mindenki, hogy a Hunor Coop emblémája, a hátrafelé célzó nyíl hogy is működött az őseink kezében. A hatalmas Hunor sátorban egy igazi pásztortarhonyát fogyaszthatott el mindenki, egy jégkrémrel megspékelve. A visszajelzések alapján nagyon sikeres volt ez a csapatépítés, feltöltődve, vidáman, élményekkel gazdagodva utaztunk haza, - sokan busszal, személyautóval, de volt akik komppal és „drótszámmal”.



MOBIL APP
TÖLTSD LE AZ ALKALMAZÁST!

**GYORS, KÉNYELMES,
EGYSZERŰ!**

TÖRZSVÁSÁRLÓI KÁRTYÁD MÁR A MOBILODON!

Töltsd le most! >>



Virtuális kártya



Kuponok,
extra kedvezmények



Pontgyűjtés és -beváltás



Üzletkereső



Akciós szórólap

EGY KÖRKÉP MESÉJE

(ÍRTA: DR. HORVÁTH GÖRGY)

Nyáron volt egy szép Családi Napunk Ópusztaszeren a HUNOR COOP-al. Kocsikázás, lovasbemutató, kellemes napsütés mellett a Feszty körkép megcsodálása volt az igazi csúcspont.

Feszty Árpád 1888-ban vette feleségül Jókai nevelt lányát, Rózát. Apósa, Jókai Mór tanácsára fogott bele a körkép megfestésébe (ő javasolta, hogy az özönvíz helyett fesse meg inkább a magyarok bejövetelét).

Jó pár - közel 15 - barátjával Munkácsra költöztek, ahol a várostól néhány km-re levő Kendereske dombon hozzáláttak a festéshez. Minden nap lovaskocsikkal mentek a helyszínre, ahol az étel-ital mellett cigánybanda gondoskodott a jó hangulatról, hogy jobban mozogjanak az ecsetek. Még bált is rendeztek minden este a szállodában, ami olykor hajnalig is eltartott. Nem csoda, hogy eleinte alig haladtak.

Végül Feszty Árpád és felesége napi 10-15 órán át festették a körképet, hogy 1896-ban a Városligetben felállított paravánokon be tudják mutatni a festményt a jubileum alkalmából. Az alakok jó részét Róza készítette el. Nem véletlen, hogy a lányuk (Feszty



Mása) is remek portréfestő lett, azon belül is a szemek festője.

Az Erdei Ferenc által megálmodott, 1982-ben megnyitott Nemzeti Emlékparkunk egyik legelegánsabb és legkülönlegesebb látnivalója e körkép, monumentális méretei minden alkalommal elakasztja a lé-

legzetet (15x120 méteres). De azért ha itt járunk, ne feledjük a többi látnivalót sem! A park és a gyönyörű skanzen teljes napra elegendő érdekességet tartogat: Szegedi, Szentesi tanya, Postahivatal, Tanyasi iskola, stb. Garantált az időutazás.



20 ÉVES A SZENTESI LECSÓFESZTIVÁL

20 ÉVE „MOSOLY JÁRVÁNY” HÓDÍT SZENTESEN



2002-ben az első egy Családi napnak indult, ahol a Hunor Coop saját munkatársait, vásárlóit akarta megvendégelni egy igazi hagyományos lecsóval. Az évek alatt a családi rendezvény egy több tízezer embert mozgató országos gasztronómiai fesztivállá nőtte ki magát, amelyre a határon túlról is visszajáró vendégek érkeznek.

A Hunor Coop Csapatát, azaz a fesztivál házigazdáját, egyben szervezőit már az elmúlt esztendőben sem tudta elriasztani a járványhelyzet ennek a közkedvelt rendezvénynek a megszervezésétől. Tavaly egy Online Lecsófesztivál keretében (kis csoportokban mindenki otthon főzött) 9 országban 35 helyszínen közel 200 asztaltársaság készítette a lecsót, küldte a vidám fotókat és filmeket a

szervezőknek. Idén kitörő örömmel fogadta a lecsófőzők tábora, hogy újra az eredeti helyszínen, a biztonsági előírásokat betartva már sokkal szabadabban ünnepelhetett a lecsó rajongók tábora. Közel 130 csapat és asztaltársaság nevezett a fesztiválra, és főzte a néhány évvel ezelőtt „engedélyezett kábitószernek” minősített szentesi lecsót, melytől nem csak a főzők, hanem a kóstolók is mosolygóssá, vidámmá váltak. Az Olimpia jegyében sportoló ikonok is meglátogatták a rendezvényt. Itt volt **Nagy Viktor**, az olimpiai bronzérmes Vízilabda Válogatott kapus, **Lőrincz Viktor** olimpiai ezüstérmes birkózó, illetve **Kammerer Zoltán** háromszoros olimpiai bajnok kajakozó, aki a fesztivál nagykövete is már több mint 10 éve.



A jó szomszédától!

Hunor Coop
A jó szomszéd!

**HA SZERETNÉL EGY LEKES CSAPAT
JÓKEDVŰ TAGJÁ LENNI, CSATLAKOZZ HOZZÁNK!**

JELENTKEZES@HUNORCOOP.HU WWW.HUNORCOOP.HU

WWW.NAGYKUNHUS.HU

Várjuk régi és új partnereink megrendelését a már megszokott elérhetőségeinken.

- sertéshúsok, marhahúsok
- kiváló minőségű fűszerezőanyagok
- ízletes, glutén és állaganyagmentes termékek
- magas szintű kiszolgálás
- rugalmas rendelési feltétellel
- kiszállítás a legkorszerűbb logisztikai járművekkel
- országos lefedettség

Tel./fax.: +36-59-335-827 Mobil: +36-30-498-7054
E-mail: rendel@nagykunhus.hu facebook.com/nagykunhus

Két meglepetés vendég is emelte a rendezvény fényét, **Szöke András** szentesi születésű Karinthy gyűrés humorista, Balázs Béla díjas filmrendező és barátja **Bede Róbert** sztárszakács állt be a kóstolók közé és adott főzési tanácsokat, tippet a nagyjérdeműnek. Három színpadon minden korosztály megtalálta a neki tetsző előadókat, több

ezren vettek részt a gyerek és a buli színpad előtt, az öröm ünnepben, a nagyszínpad előtt pedig Korda György és Balázs Klári koncertje alatt soha nem látott tömeg gyűlt össze. A határon túlról, Kárpátaljáról, Erdélyből, Székelyföldről rendszeresen visszajáró vendégeink ismét eljöttek a fesztiválra, hogy velünk ünnepelhessenek.

Az 1. jubileumi Lecsófesztiválunk is méltó hírnöke és terjesztője volt annak a filozófiának, hogy a mosoly, a vidámság ereje összekovácsolja az embereket.

A vidám kovácsolást 2022-ben is folytatjuk!



Karácsonyi nyereményjáték!

Fődíj sorsolás: December 30.

Fődíj: Automata kávéfőzőgép

2021. december 6-22. között vásároljon 4000,- Ft felett bármely Hunor Coop üzletben (a boltok listája a www.hunorcoop.hu oldalon tekinthető meg). A vásárlást igazoló blokkra írja rá nevét, címét, telefonszámát és a gyűjtődobozba dobja be.

December 23-án minden boltban kisorsolásra kerül egy 8000,- Ft értékű ajándékosár.

December 30-án sorsolás útján gazdára talál a fődíj: egy profi automata kávéfőzőgép!

Hunor Coop
A coop csoport tagja

www.hunorcoop.hu

Didergős hétköznapiak után Szerencsés Szombat a Hunor Coop üzleteiben!

Decemberben minden szombaton 4000 Ft feletti vásárlásra **+100 pontot** adunk ajándékba törzsvásárlóinknak.

coop KLUB pont

Hunor Coop
A coop csoport tagja

Legyen Ön is Coop Klub tag!

HUNOR RECEPTAJÁNLÓ: KARÁCSONYI HÓLABDA TORTA

Hozzávalók:

A piskotához:

- 4 db tojás
- 4 ek. cukor
- 2 ek. kakaópor
- 2 ek. liszt

A krémhez:

- 1 csom. vaníliás pudingpor
- 3 dl tej
- 4 ek. cukor
- 1 csom. vaníliás cukor
- 5 dkg kókuszreszelék
- 20 dkg vaj

A tetejére:

- kókuszreszelék
- 15dkg tortabevonó



Elkészítés:

A hólabda torta elkészítéséhez a süttöt előmelegítjük 180 fokra. Egy 20 cm átmérőjű kapcsos tortaforma alját kibéleljünk sütőpapírral. A tojást habosra keverjük a cukorral, hozzáadjuk a kakaós lisztet és összeforgatjuk. A tésztát a formába simítjuk és kb. 20-25 perc alatt megsütjük. (Ha nem akarjuk majd a tésztát félbevágni, érdemes két formával dolgozni és két adagban sütni).

A torta krémjéhez megfőzzük a pudingport a tejben, hozzákeverjük még forrón a cukrokat és a kókuszt, majd állandó kevergetés mellett kihűtjük. Ha kihűlt, hozzáforgatjuk a kihabosított vajjal.

A kihűlt piskotát kettévágjuk, félretesszük a krémből egy keveset, a többit elkenjük az alsó lapon. Rátesszük a másik lapot és körbe megkenjük a maradék krémmel. Megszórjuk körbe kókuszreszelékkel.

Gőz felett megolvasztjuk a csokoládét a vajjal és a torta tetejére simítjuk. Nem baj, ha nem kapunk tűrkőfényes felületet, lehet rusztikus is, díszítésnek kicsi kókuszgolyókat, raffaello-t is tehetünk rá körben.

HUNOR HUMOR (ÜNNEPI KIADÁS)

Kovács hamarabb ér haza a munkából, bemegy a hálószobába, és a ruhászekrényhez lép.

- Ne nézz be oda, ott van a karácsonyi ajándékod! - kiált rá a felesége ijedten.

Kovács kinyitja, benéz, és így szól:

- Mit ne mondjak, ez a legfurcsább ajándék, amit valaha is kaptam. Szerintem mihez kezdjek egy félmeztelen postással...?

A 80 éves férfi felhívja távol élő fiát:

- Fiam! Anyád és én úgy döntöttünk, hogy elválunk. Arra kérnélek, hogy hívd fel a nővéredet, és kíméletesen közöld vele a hírt.

A fia azonnal telefonál a nővérenek, és közli vele a rossz hírt. A nővére tüstént intézkedni kezd.

- Azonnal csomagolunk, hazautazunk, és rendbe rakjuk a dolgokat. Majd felhívja az apját is:

- Azonnal hazautazunk, addig ne csináljatok semmit!

Az apja: - Jó, akkor várunk.

Majd odafordul a feleségéhez:

- Nos, a gyerekek nálunk töltik a karácsonyt. Csak azt tudnám, húsvétra mit fogunk kitalálni!

Pistike levelet ír Jézuskának karácsony előtt:

- Kedves Jézuska, én egész évben jó voltam, és mindig megcsináltam a leckéimet, küldj...

Közben felnéz a falon levő Mária-képre, és elszégyelli magát.

Újabb levelet kezd:

- Kedves Jézuska, én egész évben jó voltam, de sokszor nem csináltam meg a leckéimet...

Újból felnéz, majd új levél:

- Kedves Jézuska, én nem voltam nagyon jó, és a leckéimet sem készítettem el...

Felnéz, leveszi a Mária-képet, bezárja a szekrénybe, és írja az új levelet.

- Jézus! Anyádat túszul ejtettem, követelem a következő...

😊 Boldog karácsonyt kívánunk!



Megfejtésünkben megtalálja, hogy mely szervezet az, melyet közösen támogathat a HUNOR-al a karácsonyi jótékony akciónk keretében!

		1	KÉMIAI ELEGY	PÁROS TRAPP	SUPERMAN JELE	KETTŐZVEI ÉDESSÉG	TELEPÜLÉS PÉCSÉL	G
		NAGYLEHEZ RÖVIDEN			JAPÁN TELEPÜLÉS	20-8 VONALKÓD		
		NÉHET AUTÓJEL EGÉSZ SZÁM JELE		A HÁZSA JELE SZOMJOLTÓ	RÓMAI APRÓPÉNZ ÁLLAM FRANCIAJUL			
2	OROSZ KICSODA?	KORONG KORÁBBAN IMPORT OLAI					ELŐTAG: HEGA-LUDOLF-FÉLE SZÁM	
ELŐTAG KÖRNYEZET			KETTŐI: TÉVE MÁRKA		TAVIAN SPORTJELE	LANTÁN VEGYELE		
BÜTORTÉPUS				... DELON (SZÍNÉSZ)				
				INDULATSZÓ				
LZ							TANULÓ VEZETŐ	

IMPRESSZUM

Felélős kiadó: HUNOR COOP ZRt Szerkesztő: Mészáros Mariann

Fotók: Vidovics Ferenc, Mészáros Mariann, Harvan Zoltán, pixabay.com

Web: www.hunorcoop.hu Facebook: www.facebook.com/hunorcoop
Előkészítés, nyomdai munkák: Rensz Magyarország Kft. E-mail: szorlap@rensz.hu