



Kétarcú volt a nyár

Dr. Bóka István polgármestert, év vége lévén, a bevételek alakulásáról kérdeztük: milyen gazdasági évet zár Balatonfüred a járvány idején?

– Nehéz és nagyon különleges év volt, amire rányomta a bélyeget a Covid-járvány, az ezzel kapcsolatos védekezés, az ezzel kapcsolatos emberi gesztusok, és gyakorlatilag a járványra adott válaszok. Most azt látjuk, hogy a járvány gazdaságilag leginkább azokat a településeket érinti, amelyek a turizmusból élnek. Első körben márciusban, második körben pedig most, immár másodjára áll le Balatonfüred turisztikai gazdasága is, ami jelentős mértékben érinti a vendéglátósokat és a szállásadókat. Nyilván a meg nem termelt bevételek hatása érződik ebben az évben és a jövő évben is.

– *Mennyire kompenzálta ezt a nyár?*

– A turizmusból élő településeknek kellett a legnagyobb áldozatot hozni a korlátozások és elvonások nyomán. A nyár nagyon Janus-arcú volt, hiszen rengeteg belföldi vendég jött, nagyon sok belföldi vendégéjszaka realizálódott júliusban, augusztusban, és nagyon magas árakon mentek a szolgáltatások. Akik nagyon magas árú szolgáltatást tudtak biztosítani, azok jó nyarat zártak. Viszont azért Balatonfüreden talán a többi vízparti önkor-



mányzathoz képest mégiscsak jelentősebb szokott lenni a külföldi vendégforgalom, például a kemping tekintetében. Ahogy látjuk, a külföldi vendégeknek körülbelül a fele nem érkezett meg. Tehát ezeket a vendégéjszakákat nem mindig tudták pótolni a belföldi vendégéjszakák. Augusztus volt egyértelműen az a hónap, amikor a belföldi vendégéjszakák tudták pótolni a kieső külföldi vendégéjszakákat. A szeptember és az október már az óvatosság és a félelem jegyében telt. Gyakorlatilag az utolsó pillanatban foglaltak a vendégek. Augusztus is kétarcú volt, rengeteg belföldi vendégéjszakaival, magas jövedelemmel és jelentősen visszaeső külföldi vendégforgalommal.

– *Milyen arányú a kiesés a város éves, tervezett bevételeiből?*

– A város működési bevételei érzékelhetően csökkentek. Bár nem látjuk a jövőt, várhatóan a következő év sem lesz könnyű. A város működését szerencsére ugyanolyan szinten, mint eddig, biztosítani tudjuk, a fejlesztések folytatódhatnak, megfelelő tartalékokkal rendelkezik a város, és elindítottuk a helyi építési szabályzat módosítását. Egyetértés van ugyanis abban, hogy minél kisebb épületek épüljenek – minél kisebb beépítési százalékkal – minél nagyobb arányú zöld területeken Balatonfüreden a jövőben.

Csorba Kata

Az év legszebb ünnepére készülődünk

Vannak olyan emberek, civil szervezetek, akik a nehézségek ellenére – vagy annál inkább – másoknak örömet akarnak szerezni. A Nők A Balatonért Egyesület tagjai hosszú évek óta az Arácsi Katolikus Templom előtt feldíszítik a karácsonyfát. Így történt ez most is. Egy füredi, Csiten utcai család ajándékként megérkezett a fenyőfa.

A Probio munkatársai állították fel, Antal László és Molnár Imre segítségével felkerültek a fenyőfa magasabb ágaira a díszek és a csúcscsúsz is. Az alsó ágakat a NABE tagjai díszítették fel. Újhegyi Gyuláné Rózsának köszönhetőek az angyaldíszek; a doboz-, szaloncukor díszek kivágása, összetűzése a szorgos kezű asszonyok munkája. Helyére került az adventi koszorú is. Végh Ferencné Vali irányításával minden évben szebb és szebb koszorú készül. Aki erre jár – akár gyalogosan, akár autótól –, az esti órákban gyönyörködhet a kivilágított karácsonyfában. Az Arácsi



Népházban hosszú évek óta a NABE megrendezi a Mikulás-ünnepséget. Kedves műsorral és Mikulás-csomaggal lepik meg gyermekeket, a műsoros ünnep után finom kakaóval és friss kaláccsal kínálják őket. Sajnos, ez idén elmaradt, de bizakodunk, hogy a jövő évben újra itt lehetnek az arácsai gyermekek szüleikkel együtt a Mikulás-ünnepségen.

Hanny Szabó Anikó

Betlehemállítás



Felállították a betlehemet Balatonfüreden, amely immár 18 éve díszíti decemberben a várost, segíti a helyiek ünnepre való hangolódását. A sepsiszentgyörgyi Varga Mihály szent családot ábrázoló szobraival évről évre találkozhatnak a fürediek, korábban a kerek templomnál, nyolc éve a vörös templomnál. A város egyik legkedvesebb rendezvényén minden évben volt ünnepség és szeretetvendégség, idén a járványhelyzet miatt erre nem volt lehetőség. A szervező Schindele Györgyné és dr. Fodor János plébános gyűjtötte meg advent első gyertyáját

BFN

Rangos szolgálati elismerés

Somlai Artúr, az Országos Mentőszolgálat Közép-dunántúli Regionális Mentőszervezet Veszprém Megyei Irányítócsoportjának vezetője vehette át a Balaton Régió Közbiztonságáért Díjat.

Dr. Vörös Péter, az Országos Mentőszolgálat Közép-dunántúli Regionális Mentőszervezetének igazgatója felterjesztésére, a Balaton Fejlesztési Tanács Közbiztonsági Testületének díjbizottsága döntése alapján dr. Bóka István, a tanács elnöke és Jamrik Péter, a közbiztonsági testület elnöke adta át Balatonfüreden, zárt körű rendezvényen az elismerést.

Somlai Artúr mentőápolóként kezdte az elhivatott szolgálatot az Országos Mentő-

szolgálat állományában, ahol – végigjárva a ranglétrát – a Veszprém megyei irányítócsoportban mentésirányítóként, majd rövid idő után mentésvezetőként látta, látja el mindennapi feladatait. A légimentő szolgálat megalakulása óta, immár 14 éve mentőtisztként is dolgozik.

2016-ban nevezték ki az irányítócsoport vezetőjének, azóta felel Veszprém megye mentésének irányításáért. A mentésszervezés részeként koordinálja a balatoni térségben szolgálatot teljesítő minden mentőszervezet, így a légimentő, az Országos Mentőszolgálat és a vízimentő egységek munkáját, ezáltal biztosítva azt, hogy akár földön, vízen vagy levegőben érkezhessen a segítség a lakosokhoz a Balatonon vagy a tó partján.



Somlai Artúr a Balaton Régió Közbiztonságáért Díjjal

A légimentőknél elvégzett feladatai révén nemcsak a háttérből, hanem közvetlenül is részt vesz az életmentő hivatásban. Balatonfüreden látja

el szolgálatát, így a Balatonon, illetve környékén a súlyos állapotú betegek és sérültek ellátásában vállal aktív ellátószerepet személyesen is az idegenforgalmi szezonban.

A Covid-19-járvány elején a mentőszolgálat irányítócsoportjának vezetőjeként vezényelte le az ajkai Magyar Imre Kórház kiürítését, a betegek elosztását a Veszprém megyei gyógyintézetekben. A kétnapos művellet során több mint száz beteg elosztását, szállítását kellett elvégezni. Kiemelkedő jelentőségű szerepet vállalt az egyéni védőfelszerelések elosztásának szervezésében, ellenőrzésében, ezek jelentésében, annak koordinálásában.

Példamutató személyiség mind vezetőként, mind beosztottként, munkahelyén és magánemberként egyaránt. **BFN**

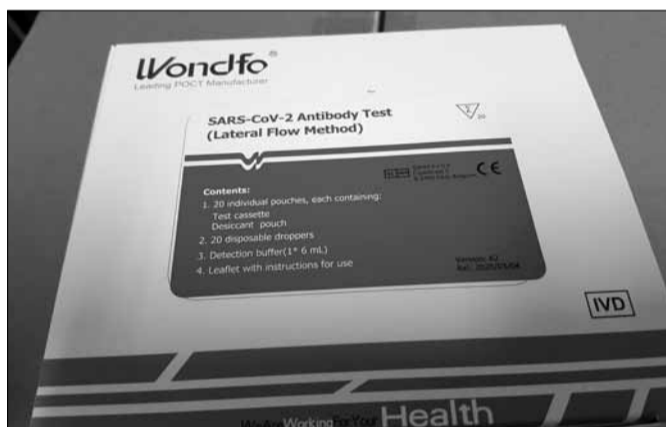


Maszkok és tesztek ajándékként Kínából

A Sárga-tenger partján lévő, északi-kínai Quinhuangdao város delegációja ötezer orvosi maszkot és száz darab antitesttesztet hozott ajándékba Balatonfüredre.

A csomagot Dan Yuan, a delegáció vezetője adta át Bóka István polgármesternek. Quinhuangdao alpolgármestere egy hivatalos delegáció tagjaként korábban már járt Füreden, ezt követően alakult ki partnerségi viszony a két vízparti város között.

A delegáció vezetője köszönetet mondott Bóka Istvánnak azért az aggodalmát kifejező leveléért, amit még a járvány kirobbanásakor kü-



A csomagot Bóka István polgármester vette át Dan Yuantól. Az ötezer orvosi maszk mellett száz darab antitestteszt is érkezett

dött a kínai városba. Dan Yuan arról számolt be, hogy Kínában jelenleg egészségesek az emberek és kontroll alatt tudják tartani a járványt.

Bóka István a város nevében megköszönte az adományt, amit a legmegfelelőbb módon igyekeznek felhasználni. Az orvosi maszkok mellett kapott antitesttesztet vérmintából nagyon rövid időn belül, tíz-tizenöt perc alatt képesek eredményt mutatni.

Mórocz Anikó

Rendőrségi tanácsok az ünnepi időszakra

Karácsony közeledtével kezdetét veszi az ünnepi készülődés, azonban ebben az időszakban sem feledkezhetünk meg a személy- és vagyonvédelemről. Fogadják meg a Balatonfüredi Rendőrség tanácsait!

Az év végi ünnepi időszakhoz köthető vásárlási forgatag kiváló alkalmat kínál a bűnözőknek, hogy egy pillanat alatt megzavarják az ünnepvárás meghitt, várakozással teli pillanatait.

A Balatonfüredi Rendőrkapitányság kéri, hogy fogadják meg az alábbi hasznos tanácsokat:

- Vásárlás közben fokozottan figyeljenek arra, hogy pénzüket, értékeiket ne tartsák külső kabátzsebekben, a nadrágjuk hátsó zsebében vagy a táskák, csomagok könnyen elérhető helyein!
- Bevásárlások alkalmával a gépjárművekben ne hagyjanak látható helyen értékeket!
- A megvásárolt tárgyakat ne hagyják felügyelet nélkül,

és a járműbe való bepakolásakor is figyeljenek az értékeikre!

- Lehetőség szerint ne tartsanak maguknál nagyobb összegű készpénzt, és a bankkártyák mellett semmi esetre se tartsák feljegyezve annak PIN-kódját!
- A vásárlások során figyeljenek az aktuális járványügyi szabályok betartására!
- Ha bankkártyával fizetnek online vásárlás esetén, válasszanak olyan internetes áruházat, ahol a fizetés valamely pénzintézet internetes oldalán keresztül történik! Legyenek körültekintőek a személyes adataik megadásánál, különösen a bankkártyájukra vonatkozó információk esetén!
- Magánszemélytől történő vásárláskor ne utalják át vételárat vagy annak egy részét előre, inkább személyesen vegyék át a terméket, vagy az utánvétel lehetőségével éljenek!

Békés karácsonyi ünnepeket kíván a Balatonfüredi Rendőrkapitányság! **BFN**

Arácsért-díj a jó munkáért



A szerénység a nagyság jele – mondta Fabacsovics Zoltán (a fotón középen), az Arácsért Alapítvány elnöke, hosszan kellett ugyanis az Arácson dolgozó két kiváló orvost biztatni, hogy elfogadják azt az elismerést, amelyet a kuratórium ítél oda a településrészen több évtizede dolgozó gyermekorvosnak és háziornosnak. Mindketten csak a munkájukat végzik – mondták a kitüntetés átvételkor is. Dr. Nagy Szilveszter és asszisztense, Bödör Zoltánné (a fotón balról) és dr. Gulyás Jenő és asszisztense, Nagy Erika is elismerő oklevélben részesült odaadó munkájáért **BFN**

Biztonságosabbá vált a kereszteződés

Átfestették és kerékpáros piktogramokat, illetve lassítóbordákat helyeztek ki a füredi hajógyári szervizút kereszteződésében, ahol a szeptemberi balesetben egy 43 éves zirci nő vesztette életét. Az út továbbra is használható kerékpárral és autóval egyaránt, ezért a rendőrség fokozott figyelmet kér az újabb balesetek elkerülése érdekében.

Szeptember 11-én ebben a füredi kereszteződésben, a hajógyár előtti szervizúton, a kertészettel szemközt történt halálos baleset: egy teherautó a 71-esről kanyarodott a szervizútra, ahol összeütközött a szemből érkező kerékpárossal. A balesetben egy középkorú nő vesztette életét. A Balatonfüredi Rendőrkapitányság azóta felülvizsgálta a forgalmi helyzetet a városhoz tartozó útszakaszon.

– Az útkereszteződésben különösen veszélyes helyre figyelmeztető burkolati jel került felfestésre – mondta Puha Viktor rendőr őrnagy, a füredi kapitányság közlekedésszervezője.

Tovább bonyolítja a helyzetet, hogy a kerékpárút Tihany felől nem ebben a kereszteződésben ér véget, egy rövid szakaszon ugyanis autók is felhajthatnak rá. Aki Tihany felől kerékpárral érkezik a kereszteződéshez, annak egy elsőbbségadás kötelező táblát kell figyelembe vennie, de mivel egyenesen haladva nem váltanak forgalmi sávot, ezért az elsőbbségükről való meggyőződés, körültekintés után tekerhetnek tovább, nem kell lezállniuk a kerékpárról. Azt azonban mindenkinek tudnia kell, hogy a gyalogosok, az arra futók és az egy nyomon haladók, például a kerékpárosok fokozott veszélynek vannak kitéve, fizikailag semmi sem védi őket.

A rendőrség munkatársa arra is felhívta a figyelmet, hogy a 71-es útról a szervizútra érkező autósoknak is körültekintően kell eljárniuk a kanyarodáskor. – Jellemzően levágják az utat, és a bal oldalra áttérve hajtják végre a manővert. Jobban kellene figyelniük a kanyarodási szabályokra, ami ezen a helyszínen vezető baleseti ok. Sokkal lassabban és körültekintőbben kellene itt közlekedni, mert főként a nyári szezonban ren-



– Kerékpáros nyom került a burkolatra azoknak, akik Füred irányából Tihany felé kerékpároznak, illetve a veszélyes helyre figyelmeztető burkolati vonalakat festettek fel. A biciklisek számára felfestettek egy, a megállás helyét jelző vonalat is. A Füred irányából érkező bicikliseknek közúti elsőbbségadás táblát nem helyeztek ki, de az útburkolati jelek alapján minden esetben meg kell állniuk és át kell tolniuk a kerékpárt a kereszteződés utáni kerékpárút irányába. A balesetek megelőzése érdekében helyszíni ellenőrzéseket is fogunk tartani – tette hozzá az őrnagy.

geteg védtelen kerékpáros, gyalogos vagy kocogó, futó használja ezt az útszakaszt – figyelmeztetett Puha Viktor.

A kerékpárosok tehát minden esetben elsőbbséget kell, hogy adjanak, ha az említett kereszteződéshez érnek. A Füred irányából érkezők egyéb veszélyre felhívó táblát is láthatnak, illetve a kiegészítő tábla oldalirányú ütközés veszélyére hívja fel a figyelmet. Puha Viktor hangsúlyozta: a közlekedésben részt vevő valamennyi szereplőnek körültekintően kell eljárnia a kereszteződésben, hogy mindenki épségben hazaérhessen.

MA



Új munkahelyek jöhetnek létre

Az épülő ipari parkban hét nagyobb, közművesített telket alakítanak ki vállalkozások számára

A világjárvány második hulláma idején is gőzerővel folyik Balatonfüred egyik legnagyobb beruházása, mégpedig az egykori szeméttelép helyén. Az Aszófői út mentén épülő új ipari parkba a tervek szerint vállalkozások települhetnek majd ki, új munkahelyeket létrehozva ezzel.



Teljesen új hálózat épül mindhárom közmű esetében. Mészese esik innen a szennyvíz befogadó állomás, hiszen az a 71-es főút déli felén helyezkedik el, így onnan új vezetékkel kell lefektetni egészen az ipari parkig. Az ivóvíz kapcsán a kamionos telephelytől épül egy új vezeték, természetesen a közműveket az ipari park területén is ki fogjuk építeni, megfelelő utakkal, közvilágítással.

A tervek szerint tavaszra készül el a beruházás

gunk építeni, a jelenlegi nyomvonalat használva, amely az iparterület beléptető rendszeréhez viszi majd a forgalmat. A területen belül pedig két irányba épül új úthálózat: az egyik az Aszófői úttal párhuzamosan, a másik a jelenlegi komposztálótelep irányába fog húzódni.

– *Mitől lesz ipari park ez az ipari park? Hol lesznek azok a területek, ahová vállalkozások, cégek építhetnek például munkacsarnokot vagy egyéb épületet?*

– Épp az imént említett új utak mentén. Hét parcellát alakítunk ki a területen, ahová települhetnek akár a helyi, akár a vidéki vállalkozások, elsősorban azok, amelyek jelenleg vagy méltatlan körülmények között kénytelenek működni, vagy adott esetben lakóövezetben tevékenykednek, ahol viszont zavarhatják a lakosságot. Az ide települni kívánó cégeket kulturált, XXI. századi körülmények fogják várni, teljesen közművesített, könnyen megközelíthető, megfelelő adottságú területeket tudnak bérelni.

– *Mikortól lesz erre mód?*

– A város ipari parkja – a hozzá tartozó épületekkel, közművekkel, úthálózattal – a tervek szerint tavaszra készül el.

Bán László

A komplex fejlesztés több új épületet is magába foglal a 14 hektáros területen, ezekbe költözik például a Probio kertészeti és köztisztasági részlege, a fizikai dolgozók és a teljes géppark, itt parkolnak majd a hulladék szállító járművek is. Az ipari parkban hét nagyobb, teljesen kiépített, közművesített telket jelölnek ki, itt létesíthetnek bázist a vállalkozások.

A beruházás helyszíne távolabbra esik a lakóövezettől, ezért a fürediek számára szinte láthatatlanok a most folyó munkálatok, ugyanakkor az ipari park fontos mérföldkő lehet a város életében. A projekt, melynek része a várost nyugati irányból elkerülő út felső szakasza is, közel egymilliárd forintból valósul meg. *Kosler Zoltán*, az önkormányzat városfejlesztési osztályá-

nak vezetője lapunknak elmondta, a feladat többrétű.

– *Pontosan mi valósul meg a beruházás keretében?*

– A volt szeméttelép területén két épületet húzunk fel, az egyik épület igazgatási és szociális funkciót fog kapni, ide kerül át a Fürdő utcából a Probio két részlege. Minden, ami a köztisztasági, parkfenntartási feladatokkal kapcsolatos, itt működik majd tovább. A dolgozók kulturált helyen tudnak majd öltözni, tisztálkodni. Ez egy kényelmes, nagy alapterületű épület lesz, ahol étkezőt is kialakítunk, lesz egy nagy autósólyos a Probio járműveinek tisztítá-

sához, lesz kulturált műhely, ahol az esetleges javításokat el tudják végezni. A másik épület raktározási funkciót kap, a csarnokban kap helyet a sós és zúzaléktároló, tehát a téli sikkasztásához szükséges anyagokat lehet majd itt tárolni. Itt lesz egy kazánház is, amely majd az igazgatási épület fűtését is biztosítja, ez egy biomassza tüzelésű kazán lesz.

– *Azt látom, hogy az építkezés nemcsak a leendő ipari park területén, de attól jóval távolabb is zajlik. Arok húzódnak például hosszan Balatonfüredtől Aszófő irányába. Ez összefügg a projekttel?*



– Igen, hiszen a létesítményt el kell látnunk villamos energiával, ivóvízzel, és természetesen a szennyvízelvezetést is meg kell oldanunk.

– *Ezek szerint a létesítmény területén is megújulnak a közlekedési folyosók?*

– Az Aszófői úttól egy teljesen új becsatlakozó utat fo-

Véget ért a közös paktumprojekt

A Balatonfüred és Balatonalmádi közös helyi foglalkoztatási együttműködés című, három éven át tartó projekt online zárórendezvényén Gajdos Attila projektmenedzser elmondta: mind a Balatonfüredi járásban, mind a Balatonalmádi járásban magas volt a paktum keretében álláshoz jutók száma, valamint a munkaerőpiaci programokban résztvevők száma.

A foglalkoztatási paktumok keretében munkaerőpiaci programokban résztvevők száma 387 fő volt a tervezett 358 fővel szemben.

A foglalkoztatási paktumok keretében álláshoz jutók száma 269 fő volt a tervezett 156 fő helyett. A foglalkoztatási paktumok keretében álláshoz jutók közül a támogatás után hat hónappal állással rendelkezők száma 92 fő a tervezett 31 főhöz képest. A képzést 15 résztvevő teljesítette sikeresen.

A projekt hozzájárult a munkaerőpiac bővítéséhez, a foglalkoztatás támogatásához, a célcsoport képzéséhez, elhelyezkedéséhez és a szereplők együttműködésének erősítéséhez, ezáltal lehetőséget biztosított a két járásban élő

munkanélküliek foglalkoztatásához, illetve ezzel párhuzamosan a két járásban működő vállalkozások bértámogatásához. Amennyiben ugyanis a projekt keretén belül jutott egy munkavállaló álláshoz, akkor a munkáltató bértámogatást kapott. Például 8+4 hónapos konstrukcióban, ami azt jelenti, hogy 8 hónapig kapta meg a bértámogatást a munkaadó, és további 4 hónapig kellett foglalkoztatni a munkavállalót önerőből.

A megvalósult képzések: cukrász, vendéglátó-eladó, élelmiszer-, vegyiáru-eladó, szobafestő, targoncavezető és raktáros, nyelvi képzésen belül pedig angol és német alapfok, illetve német nyelvből középfokú.

A munkáltatóktól kapott visszajelzések alapján a többség a jövőben is részt venne a foglalkoztatási támogatásban. Észrevételként azt kaptuk, hogy előnyös lenne az adminisztrációs munka terhének a csökkentése.

A paktumprojekt lebonyolítása során a konzorciumvezető Balatonfüred Város Önkormányzata, a konzorciumi tagok pedig Balatonalmádi Város Önkormányzata és a Veszprém Megyei Kormányhivatal volt.

A projekt területi hatálya a Balatonfüredi és a Balatonalmádi járásra terjedt ki. **BFN**

Téli üzemmódra váltottak

Jó tapasztalatai vannak a hőltakarítást és a sikkasztást végző füredi Probio Zrt.-nek: az elmúlt években a városlakók saját ingatlanai előtt elvégezték a szükséges téli munkát, vagy igénybe vették a felajánlott segítséget. A hideg idő beálltával a településüzemeltetési cégnél is téli üzemmódra váltottak, a rendelkezésre álló géppark – igény szerint – bármikor bevethető.

Bár az utóbbi években – a gyerekek nagy szomorúságára – egyre kevesebb hó esik, a Probio Zrt. a már megszokott gépparkjával készül az idei

téli időszakra. – Három nagy teljesítményű, ekével és szórófelépítménnyel ellátott járművünk van, amik nedvesített só szórására is alkalmasak – mondta a cég vezérigazgatója, *Somogyi László*. A településüzemeltetési cég már négy éve nedvesített sóval szórja a közterületeket, ami a korábbi gyakorlathoz képest környezetkímélőbb megoldás, mivel a só célzottan kerül ki az érintett felületekre, és csak annyi, amennyit az időjárási körülmények indokolnak.

– A három nagy teljesítményű járművön kívül három kisebb traktor is rendelkezésre áll, amelyek a járdák és kisebb felületek takarítását teszik lehetővé. Ezekre is lehet szerelni ekét és szórófelépítményt

– számolt be *Somogyi László*, hozzátéve, hogy novemberben kihelyezték és feltöltötték a szóróanyagok tárolására alkalmas edényeket, és elvégezték a munkagépek karbantartási munkálatait is. A géppark nem éppen fiatal, az igénybevétel-től függően előfordulhatnak meghibásodások, de ezeket orvosolni tudják.

Mivel hóból egyre kevesebb esik, a téli munkák gerincét inkább a hajnali csúszásmentesítés teszi ki, meghatározott sorrendben. Az önkormányzattal között szerződés részletezi, hogy a közterületeken milyen sorrendben kell megjelenni: elsőbbséget élveznek a forgalmasabb útszakaszok, de az elvégzendő munka függvényében igye-

keznek eljutni a kisebb utcákba és a mellékutcákba is.

A vezérigazgató kitért arra is, hogy a magántulajdonú ingatlanok előtti járdatarakításában most is várják a lakosság segítségét. – Az ingatlanok előtti járdaszakasz megtisztítása, csúszásmentesítése az ingatlan tulajdonosát terheli. Ez szükséges ahhoz, hogy a város közlekedhető legyen, és mindenki számára használhatóak legyenek a közterületek – fogalmazott a vezérigazgató.

A téli időszakban az autósoknak – a téli felszerelés biztosítása mellett – óvatosabban, esetenként lassabban kell közlekedniük, de a gyalogosoktól is óvatosságot kér a Probio vezetője. **MA**

ISMÉT NYERT A BORCSA!

A korábbi évekhez hasonlóan a balatonfüredi Borcsa Kft. újabb pályázatot nyert el megújuló energia használatával megvalósuló épületenergetikai fejlesztésekhez. Az elnyert, vissza nem térítendő támogatás összege 55,6 millió forint. Az európai uniós támogatást a Borcsa étterem nyílászáró szerkezetek cseréjére, hőelosztó rendszerek korszerűsítésére, épülethatároló szerkezetek hőszigetelésére, fényforrások és világítótestek cseréjére, központi szellőző-, hűtési rendszerek energiatakarékos korszerűsítésére, napelemes rendszer telepítésére, fűtési rendszer korszerűsítésére és hőszivattyú rendszerek alkalmazására használta fel. A projekt a Széchenyi 2020 program keretében valósult meg.

SZÉCHENYI 2020

Európai Unió | MAGYARORSZÁG KORMÁNYA

BEFETKÉTES A JÖVŐBE

Európai Strukturális és Beruházási Alapok



A balkáni háború pillanatképei

A délszláv háborúban megélt élményekből táplálkozik Tóbiás Krisztián frissen megjelent kötete, *A Mikulás rakétája*. A Turi Lilla rajzaival gazdagon illusztrált kötet nem kisgyermeknek szól, inkább afféle felnőtt-mesekönyv – állítja a szerző.

Mi történik akkor, ha a Mikulás rakétával sétál? Nem a gyermekek kezében látható játékpuskával, hanem emberéletek kioltására alkalmas fegyverrel. Aki ünnepi, újabb Mikulás-mesekönyvre számít, az csalódnia fog, *A Mikulás rakétája* ugyanis elsősorban felnőtteknek szóló mesekönyv, egyfajta betekintés a gyermekek mesevilágába. Ezt jelzi a hátoldal felirata is: „12 éven felülieknek!”, és a tartalom sem ígér mást: hamisítatlan vajdasági táj és háború, egy ország leépülésének éles pillanatképei, a szertefoszló jugoszláv álmok.

– A felnőttek meghoznak bizonyos döntéseket, amik elindítanak egy eseménysoro-



Tóbiás Krisztián frissen megjelent kötete, *A Mikulás rakétája* felnőtteknek szól

zatot, a végén pedig ott állnak a gyerekek. Ők csupán elszenvédői minden egyes döntésnek. Az én esetemben ez a könyv konkrétan a balkáni

háborúról szól, ahol a felnőttek meghoztak egy döntést, és a sor végén ott voltak a gyerekek, akiknek semmiféle beleszólásuk nem volt. Együtt kellett élniük a kialakult balkáni helyzettel, a háborús hétköznapok beépültek az életükbe, a lelki- és mesevilágukba.

Megírtam, hogyan változik a sétáló Mikulás rakétája egy teljesen más szimbólummá, miközben a fejünk fölött is rakéták repülnek – idézte fel az író, *Tóbiás Krisztián*.

A kötet a Fiatal Írók Szövetsége Hortus Conclusus sorozatának hatvanadik kötete, a gazdag illusztráció *Turi Lilla* alkotása.

– Három évvel ezelőtt kezdtem el írni ezt a könyvet, februárra lett kész a kézirat – mondta Tóbiás Krisztián. – *Révész Emese* művészettörténésznél jártam a budapesti Képzőművészeti Egyetemen, ő mutatta meg nekem a tavalyi illusztrációs fesztivál kiállítási termét. Ott találkoztam *Turi Lilla* grafikáival, és gyorsan eldöntöttem bennem, hogy az új könyvem egy illusztrált kötet legyen. Szerencsére *Lilla* vállalta a feladatot, így a közös munkánk pár héttel ezelőtt jött ki a nyomdából.

Tóbiás Krisztián legújabb kötete megvásárolható a nagyobb könyvesboltokban, Balatonfüreden a Vaszary Galéria boltjában, és interneten is megrendelhető.

Mórocz Anikó

A vers a gyermekkor mágiáját hozza vissza

A magyar nyelv napja alkalmából tizenkét iskola diákjainak online olvasta fel saját verseit *Tóth Krisztina*. A hagyományosan közös szavatra kiválasztott vers ezúttal a nemrég elhunyt *Szőcs Géza* emlékére a költő *Add rá a benned alvó gyanútlan kisgyermekre* című verse volt, amit a kecskeméti, gyulai és füredi diákok együtt mondtak el *Tóth Krisztinával*. A virtuális térben zajló beszélgetést *Cserép László*, a *Hamvas Béla Asztaltársaság* titkára vezette.

– 2008-ban kaptam *Salvatore Quasimodo*-díjat – emlékezett vissza *Tóth Krisztina*. – Azóta a családommal minden évben elmegyünk a füredi emlékkünnepségre. Mindkét gyermekem erősen kötődik a városhoz, ahol szeptember elején néhány napot szoktunk eltölteni, ami már rituálévá vált. Ha véletlenül kimarad ez az alkalom, és nem járjuk be a megszokott helyszíneket, akkor úgy érzem, hogy nem volt teljes az év. Nagyon szeretem Balatonfüredet, ami rendkívül fontos kulturális központja a régióknak: tökéletes egyvelege egy tóparti pihenőhelynek és a kulturális hagyományok esszenciájának.

Tóth Krisztinát is erősen megrendítette a költőtárs, *Szőcs Géza* halála, ezért javasolta, hogy az ő versét mondják el közösen a Füreddel kulturális testvérvárosi kapcsolatokat ápoló települések diákjai. – Nagy költőt veszi-

tünk el az ő személyében. Szeretettel és tisztelettel gondolok vissza rá, noha szinte semmiben nem értettünk egyet. A költők minden ellentmondás ellenére egymás lelki rokonai. Olyan verset választottam, ami az 1989-es, a *Sirálybőr cipő* című kötetben jelent meg. Akkor léptem be a magyar irodalomba, abban az évben jelent meg az én első kötetem, és ez egy szimbolikus dátum. Másrészt egészen megejtő az ebből a versből kicsapó személyesség, ami oly ritka *Szőcs Géza* költészetében: szinte mindig ironiába van burkolva, míg az *Add rá a benned alvó gyanútlan kisgyermekre* című gyönyörű versében *József Attila*-i sérülékenység mutatkozik meg, ami engem mélyen megérintett.

A közös verselés után *Tóth Krisztina* azt is elmondta, hogy neki mindennapi alapanyaga a magyar szó. – Ebből táplálkozik és építkezem. Soha el se tudtam képzelni, hogy máshol éljek, mert rendkívül nagy szükségem van a hétköznapi beszédre mint alapanyagra. Hallgatom a párbeszédet a buszon, a villamoson, s ezekből bontom ki a történeteimet. A vers valami olyasmit ad nekünk, amit semmi más nem tud pótolni. A vers gyökerei a zenében vannak, és a vers a gyermekkor mágiáját hozza vissza az életünkbe, amikor még a szavak előtti létezés ismertük, s azt a csodát, ami átsüt a nyelven. Verset mindennap kell olvasni, érdemes kipróbálni.

Tóth Krisztina szerint az irodalom azzal az érzéssel



ajándékoz meg bennünket, hogy nem vagyunk egyedül a világban. – Amikor kamaszkorunkban elkezdünk intenzíven, szenvedélyesen olvasni, akkor rájövünk, hogy a mi történeteink már mind megtörténtek az emberiséggel. A legszemélyesebbnek érzett tragédiáink, fájdalmaink és vívódásaink nem egyedi történetek. Ha rátalálunk a megfelelő művekre, akkor hirtelen megértjük, hogy a történeteink közösek. Ezt a *Tonio Kröger* értette meg velem kamaszként, ezért az érzésért kezd el az ember olvasni.

A jelenlegi helyzettel kapcsolatban a költő úgy véli, hogy a világ tele lett szorongással. – Kénytelenek va-

gyunk mellőzni a személyes jelenlétet, ami egy költőnek vagy egy írónak nem szokatlan helyzet. Az írás magányos tevékenység, ami az elvonulásról szól. Az tavaszi, első hullámban én ugyanazt csináltam, amit egyébként is szoktam. A jelenlegi helyzet jó alkalom arra, hogy megváltoztassuk a borzasztóan felgyorolt mindennapi tempónkat. Picit befelé kell figyelni, és időt hagynunk magunknak arra, hogy olvassunk vagy végiggondoljunk valamit. Az internet világa általában közvetlen reakcióra készített, s ha valami nem tetszik vagy nem értjük, akkor új ingert keresve azonnal továbblapozunk.

Szőcs Géza

Add rá a benned alvó gyanútlan kisgyermekre

Ez a vers csak egy fűzőld fonál, amit kibontasz majd ismét összefűzőld

ez a vers csak egy vászon amit az árvíz folyton összefűz aztán szétépp

fénylik benne a fűzőld átsüt rajta az égké

viszi a szél a felhőt, majd reád adja végképp:

ez a vers csak egy kendő, ez a vers csak egy vászon.

Ott alszik benned, érzed, mint egy kis belső medve, add rá, hogy meg ne fázson, és legyen élni kedve:

add rá a benned alvó gyanútlan kisgyermekre ki benned forgolódik csak forgolódik egyre.

Az sms-ek és az interneten használt rövidítések miatt *Tóth Krisztina* szerint nem érdemes búsulnunk, mert a nyelv folyton változva, élve találja meg a megfelelő formákat. Az online irodalomórákon viszont sokkal intenzívebb ingerekre van szükség, de a szövegek és a versek itt is megtalálják az útjukat az olvasóikhoz.

Tóth Krisztina nyolcéves kislánya tavaly kezdte az első osztályt, s márciustól otthon, közösen tanulták a betűket és

a számtant. A helyzet megértéséhez *Krisztina* írt egy mesét neki, a *Járványmese* azóta megjelent angolul, és hamarosan szlovákul is elérhető lesz. A szintén nemrég napvilágot látott *Csavarogjunk együtt!* című kötetnek füredi kötődése is van: a szereplők például – az író gyermekkeihez hasonlóan – a szívkörház előtti lépcsőn csúszdázhatnak. A *Kigyóuborka* című gyerekkönyvet pedig az utóbbi évek terméséből válogat, amiket *Krisztina* a gyermekeinek írt. **MA**

A spanyol olvasók is ismerik Hamvas Bélát

(Anunciada Fernández de Córdova spanyol nagykövet levele a huszadik Hamvas-napok alkalmából)

Őszintén támogatom ezt a két évtizede, a Hamvas Béla Asztaltársaság által teremtett hagyományt, mely évente hajt fejet Hamvas Béla univerzális, gondolkodó nagysága előtt az emlékére ültetett hársfa szomszédságában, megőrkítve ezzel jelenlétét.

Minden évben a hársfa mellett felhangzik Fák című kiváló esszéje magyarul és egy idegen nyelven. Nagy öröm számomra, hogy idén – Balatonfüred város polgármestereinek kezdeményezésére – anyanyelvemen, spanyolul hangozhat el ez a gyönyörű alkotás.

Megragadom az alkalmat, hogy ezúton továbbítsam önöknek legőszintébb együttérzést Szócs Géza, a Hamvas Béla Asztaltársaság alapító tagjának és tiszteletbeli elnökének nemrég bekövetkezett halála miatt. Azon szerencsések közé tartozom, aki személyesen is megismerhette őt. Nyugodjék békében!

Hála a műfordítók kiváló munkájának, Spanyolországba is eljut a magyar irodalom néhány gyöngyszeme. Szerencsére ezek között egyre nagyobb számban szerepelnek Hamvas Béla művei, melyeket a spanyol olvasók nagy érdeklődéssel fogadtak, lévén azok az intelligencia és bölcsesség forrásai.

Hamvas, aki élete utolsó évtizedeit a kommunista rendszer által abszurd módon elhallgattatva és elszigetelve élte le, az elszenvedett sérelmek ellenére több nyelven beszélő, a klasszikus Görögország kiváló ismerője, és kielégíthetetlen étvágyú olvasó volt.

Ma olyan író előtt tisztelgünk, aki megismerte a háború, az üldöztetés, a száműzés, a fájdalom, az elszigetelődés és a betiltások jelentette szenvedéseket, így sosem volt szüksége a saját képzelőerejére ihlete forrásaként. Saját története az, melyek írásai tárgyát képezik.

Minden szenvedése és kellemetlen tapasztalata ellenére célja sosem az volt, hogy a szenvedéseiről számoljon be; az élet és a természet élvezetét részesítette előnyben, hogy így érje el a lelki békét, melyet olvasói számára közvetített.

Hamvas esszéi a legkülönösebb utakra visznek minket, az emberi lélek legsötétebb és legcsillogóbb régióiba egyaránt elkalauzolnak, és prózája mindannyiunkat felvillanyoz. A legkülönbözőbb témákat érinti írásaiban, a zenét, az irodalmat, a művészeteket, a vallást, a filozófiát, de éppúgy a növényeket, gyümölcsöket, színeket és illatokat. Az élet és az életen túli dolgok határozott igénylése ez, és ez az talán, ami szándékosan botránys íróvá tette őt egy olyan korban, amikor az erkölcsösözök a gyönyörök, a vidámság, a szabadság vagy egy igazán jó bor által keltett érzés, megittasulás ellen emelték fel szavukat.



Anunciada Fernández de Córdova spanyol nagykövet

Hamvas számtalanszor a madarakat, a gyümölcsöket és a fákat ruházta fel főszereppel. Balatonfüred önkormányzata és a Hamvas Béla Asztaltársaság hagyománya szerint, a nagy gondolkodóra emlékezve – az emlékére ültetett fa virtuális árnyékában – ebben az évben a Fák című esszéjének spanyol műfordítása is elhangzik.

BFN



Holczner András, Hári Lenke és Cserny Tibor ültette el az emlékfát

Magyar kőrís őrzi Lóczy emléket a Tagore sétányon

A Lóczy-barlangon, a Gyógy téri panteon emléktábláján, a róla elnevezett forrásban, gimnáziumon és utcán kívül mostantól emlékfá is őrzi Lóczy Lajos szellemiségét Balatonfüreden. A magyar geológus, geográfus, akadémikus halálának századik évfordulója alkalmából november 4-én a Tagore sétányon, Kisfaludy Sándor szobrának közelében ültették el azt a magyar kőrist, ami elé füredi mészkőből készült emléktábla került.



Lóczy Lajos 1849. november 4-én született Pozsonyban. Ópáloson (Arad-Hegyalján) nőtt fel, édesapjával bebarangolta a környék hegyeinek vadregényes tájait. Aradon érettségizett, majd a Zürichi Műegyetemen kiváló eredménnyel szerzett mérnöki diplomát. Tanulmányai során tanáraival járta be az Alpok hegyláncait, és beleszeretett a geológiába.

A füredi emlékfá ültetésének ünnepi szónoka, Cserny Tibor, a Magyarhoni Földtani Társulat volt elnöke kiemelte, hogy nemzetközileg is elismert szakmai karrierjét Lóczy a Széchenyi Béla vezette kelet-ázsiai expedíciójával ala-

pozta meg, ahova huszonnyolc éves korában jutott el. A két és fél éves ázsiai vándorlás során geológiai és geográfiai kutatásokat végzett és gyűjteményeket szervezett. A terepen gyűjtött anyagok feldolgozása két évtizedet vett igénybe. Három kötetben publikálta az expedíció eredményeit, amiket a kor szakemberei a geológiai munka remekműveinek neveztek. Tudományos eredményei elismeréseként több nemzetközi és hazai díjat kapott, valamint a Magyar Tudományos Akadémia (MTA) rendes tagjává választották.

– Kevés olyan szakember van, akit két tudományterület is sajátjának nevez, Lóczyt a geológusok geográfusának és a természetföldrajzosok geológusának tekintették – mond-

ta Cserny Tibor. – Ő emelte a hazai földrajzot az európai tudomány élvonalába, és megalapítója volt a földtani alapon nyugvó, elemző, értékelő, oknyomozó, a jelenségeket fejlődésükben vizsgáló természeti földrajznak.

Lóczy gazdag szakmai hagyatékának kiemelkedő gyöngyszeme a Balaton-kutatás. A Magyar Földrajzi Társaság elnökeként 1891-ben tett javaslatot a Balaton-bizottság felállítására és a tó kutatásának megszervezésére. Huszonnyolc éven át e téma köré gyűjtötte kora legkiválóbb tudósait, csopaki házából irányítva a természet- és társadalomtudományi kutatásokat, s gondoskodott a munka kivitelezéséhez szükséges anyagi eszközök megszerzéséről is. A

kutatásokban mintegy hatvan szakember vett részt, akiknek a tollából magyar és német nyelven harminckét monográfia és két térkép született.

– A magyar Lóczy Lajos nevét viseli a Holdon egy kráter, a Tien-san hegység egyik hegycúcsa, számos hazai település utcája, és az országban egyedülként a balatonfüredi gimnázium. A most elültetett fa az állandó megújulást, az alatta elhelyezett, több mint 270 millió éves füredi mészkőből készült emléktábla az időtálló értéket szimbolizálja, a méltó helyszín pedig lehetőséget ad az emlékező utóknak, hogy lerohassák tiszteletüket Lóczy Lajos előtt – zárta gondolatait Cserny Tibor, aki Hári Lenke és Holczner András alpolgármesterek társaságában ültette el az emlékfát, valamint kézzel a Tagore sétány fájának emlékkönyvét. Az ünnepség résztvevői – köztük a Lóczy gimnázium tanárai és diákjai – bepillantást nyertek A Balaton kutatása Lóczy Lajos nyomdokán című tanulmánykötetbe, amit az MTA emlékülésén mutatnak be. Az ismeretterjesztő kötetben földtudományi szakemberek saját kutatási eredményeik bemutatásával tisztelegnek neves elődjük, Lóczy Lajos emléke előtt.

Mórcz

Hamvas Béla Fák (részlet)

A kolosai hárs heroikus fa. Nem szép. De az élet erejének nagyszerűsége, nincs ilyen sem Homérosznál, sem szoborban, sem beethoveni zenében, sem nietzschei filozófiában, sem caesari sorsban. Ez a néma küzdelem, amit egyedül küzdött százötven évig itt, kedvezőtlen hegyoldalon, rohamos esők, marcangoló szél, lezuhanó kövek között, óriási tömbök alatt egy szűk völgytorokban. Meg kellett magát feszítenie, elvesztette minden formáját, meg kellett alkudnia, nem volt szabad könyörületet ismernie, pillanatra sem, egyetlen nyugalommal, előrelátással, kitarással és kitarással tudott csak szüntelenül nőni, s ma, mikor már győzött, harcán már túl van, ráncosan, megviselve, megnyomorítva tud ilyen egészséggel nevetni, nevetni. Mit tudnak még neki mondani az életről ezek után, amin ő nem nevet? Mivel fenyegethetik még? Mitől félhet még? Történhetik még vele valami, aminél rettenetesebbet nem győzött le és nem élt át? Mi az, meghalni? Mi az, félni a haláltól? Már nem fél. Soha, egy pillanatig sem volt boldog, de nevet azon, aki

ezért sajnálja. Nem ismeri, mi a bőség. Nem tudja, csak álmából, hogy mi a nyugalom. A béke idegen neki. A gazdagságról nem is tudja, hogy van. Kényelem? Mi az? Sovány, szikár, inas, megércésedett lény. Egy gonosztevő elvetemültségével és egy bölcs körültekintésével. Ha ember lett volna belőle, olyan életet élt volna, mint Attila, vagy Dzsingisz kán, de úgy evett volna, mint Gargantua és olynokat nevetett volna, mint Falstaff, és olyan nyugodtan ölt volna, mint Borgia. Ha állat lett volna, meg lett volna benne az oroszlán királyisága, a tigris vérengzése, az óriáskigyó ereje, az elefánt nyugalma, a zerge izmossága és a sas biztonsága. Ha költő lett volna, olyan verseket írt volna, hogy meggyulladt volna a papiros. Ha zenét írt volna, olyan lett volna, hogy a hegyek táncoltak volna rá. Ha az emberben ma lenne érzék az iránt, ami fensőbbrendű, ennek a fának papja lenne, fiatal karcsú fiú, aki énekelne és áldozatot mutatna be neki, fényes nyári reggeleken megállna előtte, meghajolna és visszanevetne rá.





Levendula luxus kivitelben

Az európai hírű kutató, gyógynövényszakértő, Bittera Gyula 1926-ban telepítette az első ültetvényt a tihanyi Csúcs-hegy oldalában, az apátságtól bérelt mintegy húszhektárnyi területre. Addig Magyarországon csak a középkori kolostorkertekből volt ismert a levendula, ez volt az első ipari célú, nagy levendulaültetvény-telepítés. A vetőmagot a híres párizsi magkereskedőtől, Vilmorintól rendelték meg.

A palántákat Budakalászon nevelték elő, az ültetés kiválóan sikerült, a növények szépen bokrosodtak, 1931-ben arattak először. A próbálkozást tehát siker koronázta, így további jelentős telepítéseket végeztek, ezzel alakult ki Tihanyban a levendulatermesztés kultúrája. A cél persze az illóolaj – a levendulaolaj – kinyerése volt, amit a virágzás idején leartott levendulából a közeli Külső-tó partján felállított három réz lepárlóban állítottak elő – emlékeztet Nyárádi Zsolt, a levendula tihanyi szakértője, a Tihanyi Levendula Manufaktúra egyik alapítója.

A hagyomány újra él

Az ország első és akkor még egyetlen levendulaboltját 2009-ben nyitotta meg a Tihanyi Levendula Manufaktúra – Eau de Tihany két alapítója, Hollán Éva és Nyárádi Zsolt. Küldetésüknek tekintik, hogy saját ültetvény telepítésével, helyben készült prémium termékekkel felélesszék és megosszák a világgal a tihanyi levendula hagyományait. A tradíciót a helyi vállalkozásnál folyamatosan innováció kíséri.

A Tihany szívében lévő két boltjuk mellett idén nyitották meg a tihanyi Csokonai utca 62. szám alatti, maguk által felújított, gyönyörű, múlt századi, műemlék jellegű épületben az Illatok Házát – benne az ingyenesen látogatható Bittera Gyula-emlékkiállítás-sal, ahol a tihanyi levendula és az azt meghonosító kutató története ismerhető meg a nevet viselő alapítvány gyűjteményanyagából. Az időutazás során bepillantunk az illatok és a korabeli drogériák világába, a látványmanufaktúrában megnézhetjük, hogyan készülnek a szappanok, pezsgőlabdák és illatosítók, a minitablóban pedig ki is próbálhatjuk őket.

Illatfelhők

– A saját ültetvényeinkről származó, 100 százalékos tisztaságú levendulaolajunk tiszta, friss aromája tökéletesen alkalmazható illatosítóként – állítja Nyárádi Zsolt.

Párolgatásba téve légfrísítőként és illatosítóként használható, párnára csepegtetve segíti a nyugodt alvást. A hagyományos, pumpás otthon-



Hollán Éva és Nyárádi Zsolt, a Tihanyi Levendula Manufaktúra – Eau de Tihany alapítói

parfümök mellett léteznek már dekoratív illatosítók, diffúzerek is, melyek elegáns kiegészítói a lakásnak: a szép üvegben elhelyezett rattanpalcák felszívják az illatanyagot, és hat-nyolc héten át folyamatosan a légtérbe párologtatják. Az illatosítóknak a letisztult levendulát gyakran párosítják friss, üde gyümölcs- és virágillatokkal: harmonizáló bazsarózsával, izgalmas cseresznyevirággal, frissítő citrusokkal, melegséget adó édes vaníliával, érzéki rózsával vagy puha jázminnal. Ezek tovább kényeztetik az érzékszerveinket, a levendulanarancs-fahéj különleges kompozíciója pedig a karácsony hangulatát idézi, meghittséget, örömet varázsolva az otthonokba. Az év ezen szakaszában mindannyiunkban feltámad az igény arra, hogy dekoráljunk, csinosítsunk, fokozzuk az alkalom bensőséges hangulatát. Az illatok tudatos alkalmazásával olyan „illattereket” tudunk létrehozni, amelyek mintegy hangulatfokozóként is praktikus megoldások. Az illatkombinációkat textilek és kelmék illatosítására is használhatjuk, egyszerű, pumpás változata hosszantartó illatot ad a finom anyagoknak.

Az otthonainkat levendula-illatú szappanfűzérrel, különböző formájú illatkövekkel is díszíthetjük, és esküvői dekorációnak is alkalmas.

Hódítás és szépség

A levendula illatát többen megpróbálták már parfümösüvegbe zárni, hogy bármikor életre kelthető legyen vele egy

levendulamező és egy virágos kert odörje. A levendula itt is kiváló illatpárja virág- és gyümölcsillatoknak, magasabb illatkonzentrációval pedig hosszan tartó hatású parfümök készülhetnek belőle.

– Arc krémekben is érvényesíthető a levendula nyugtató és szépitő hatása, akár öregedésgátló argánolajjal, vitaminokban gazdag mandu-



la- és szőlő-magolajjal vagy hidratáló sheavajjal keverve használjuk – mondta Újházi Csilla, a manufaktúra biológusa.

A levendulás kézkrem vagy testápoló például kukoricacsíra- és szőlőmagolajokkal táplálja, regenerálja, védi és puhítja a bőrt, körömvirágolajat hozzáadva pedig nyugtat is. A levendulás sampont normál vagy enyhén zsíros hajra akár naponta is használhatjuk: gyengéden, de alaposan tisztít, természetes hatóanyagai eltávolítják a haj és a fejbőr mindennapi szennyeződéseit.

A tihanyi levendula kiváló minőségű olaja szappanok összetevőjeként serkenti a bőr

anyagcsere-folyamatait, anti-szeptikus, regeneráló hatással bír.

Kényeztetés

Érdekes tény, hogy az ajkak bőre nem tartalmaz sem verejték-, sem faggyúmirigyet, ezért nem tud védekezni a tél hidegével és a szél szárító hatásával szemben. A levendulás ajkír értékes olajokkal segít megőrizni az ajkak puhaságát és hidratáltságát. A lakásba visszatérve, átfagyva érdemes elmerülni egy relaxáló levendulás fürdővízben: a tengeri só puhává varázsolja a bőrt, miközben a levendula illata körbeleli az egész testet, olaja pedig segít, hogy ellazuljanak a fáradt izmok. Kedveltek a pezsgőlabdák is, a bennük található szóda-bikarbóna bőrpuhító hatású. A habokból kiszállva selymes tapintású és lágy illatú levendulás masszázsolaj segít ellazítani a testet, csökkenti a feszültséget és megnyugtatja az érzékeket, végezetül pedig a láb fáradtságának oldására hűsítő levendulás lábgélt használhatunk, ami frissít és hidratál is egyben.

A levendula felhasználásának számtalan lehetősége közül a Tihanyi Levendula Manufaktúra csapatának is sok ötlete vár még megvalósításra, szem előtt tartva a levendula tihanyi tradícióját és a Balaton-felvidék egyedi értékeit.

A manufaktúra téli nyitvatartásáról további információ: www.eaudetihany.hu





Az ismeretlen ismerős

Mindössze két nő sportkommentátor van az országban, ő az egyik. Hangját százak ismerik, a teniszközvetítések elmaradhatatlan tartozéka, nélküle évek óta nincs itthon Grand Slam torna. A legnagyobb európai televíziós sportcsatorna-hálózat, az Eurosport kommentátorának kifejezetten kedvére van, hogy ennek ellenére nem ismerik fel az utcán, egyáltalán nem érez készletet arra, hogy kamera elé álljon.

Évente négyszer két hétre, a Grand Slam tornák ideje alatt beköltözik a családok ezreinek otthonába, szinte hozzátartozik a Federer–Nadal–Djokovics nagy hármához. A csatornának és közvetítései nagy szerepe van abban, hogy itthon létrejött egy teniszt szerető és értő közönség. Pedig úgy lett sportkommentátor, hogy még egyetemistaként annyira idegesítette az egyik sportriporter, mellesleg a jelenlegi főnöke közvetítése, amelyben kritizálta akkori kedvenc teniszjátékját, hogy regisztrált a tévécsatorna fórumára, hogy megmondhassa a magáét. Nincs mit szépitni, innen indult a 2006 óta tartó karrier.

Szántó Petra tősgyökeres füredi családból származik, nagyszülei – a Ludvig házaspár – városszerte ismert és elismert kardiológusok, édesanyja építész, édesapja is orvos. Soha nem akarta folytatni a családi utat, nem vonzotta az orvoslás, sőt épp a szívkórházban dolgozó nagyszülőknél köszönheti a tenisz iránti rajongását. Ők mint rendszeres teniszjátékosok vitték még le kislányként a kiserdei pályákra játszani.

– Imádtam és imádom teniszezni, jó is voltam benne egy szintig, de az hamar kiderült számomra, hogy komolyan nincs értelme ezzel foglalkoznom. Túlságosan szeretem a játékokat ahhoz, hogy eredményes legyek. Nem a győzelem foglalkoztat, nem a labdamenetek lezárása, hanem a minél

hosszabb játék. Így pedig nem lehet – mondja mosolyogva azon a jól ismert, jellegzetes hangján. Mikor megjegyzem, milyen jó tónusú hangja van, legyint, belülről sokkal szebb a hangom, kár, hogy csak én hallom – vágja rá.

Egy lány ne mondja meg!

Szociológia szakon diplomázott, de már egyetemi hallgatóként a sportcsatorna körül legyeskedett. Eredetileg hírszerkesztő, hírolvasó szeretett volna lenni, annál is inkább, mert akkor még nem volt példa sem arra, hogy valaki nőként egy sportesemény kommentátora legyen. Hogy futballt közvetítsen, az még ma is felér egy istenkísértéssel. Él egy kimondatlan etikett, ami szerint vannak sportágak, amelyek nőkompatibilibisek, azaz akár közvetítheti őket női sportriporter is. Ilyen a már emlegetett tenisz mellett a műkorcsolya, a műugrás, a ritmikus gimnasztika, a torna és még néhány sportág, de a sportközvetítés igazából még mindig férfitevékenységnek számít.

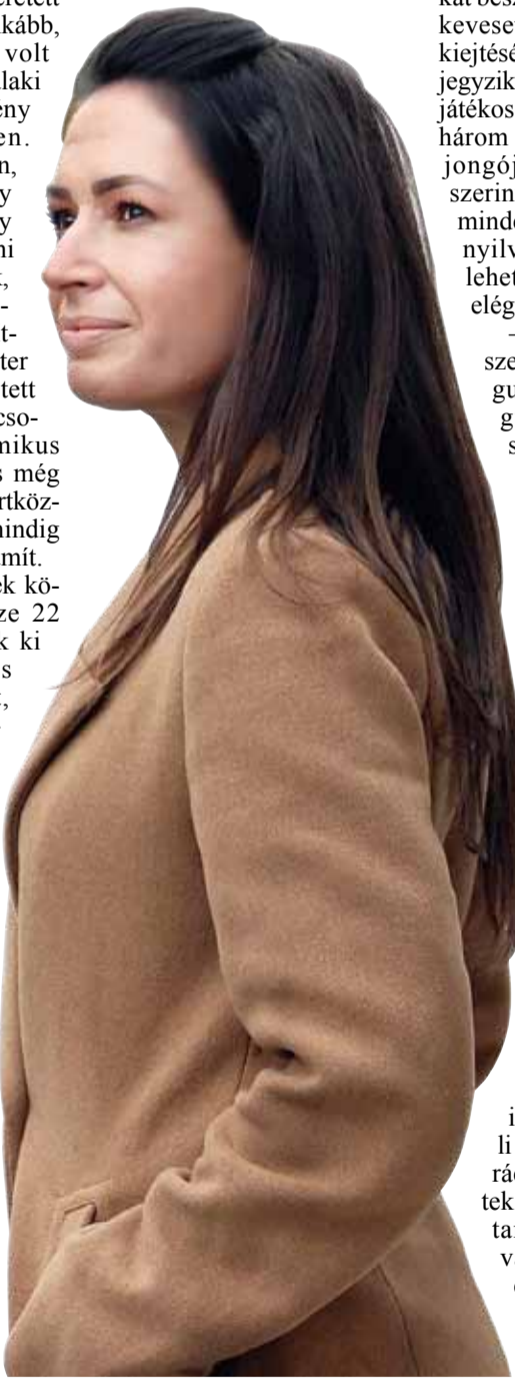
Petrát egy véletlennek köszönhetően, mindössze 22 éves korában próbálták ki kommentátorként, és olyan meggyőző volt, hogy főnöke ettől kezdve ragaszkodott hozzá. Eleinte csak női teniszt közvetített, később a férfiak versenyébe is becsatlakozhatott, de ez csak leírva tűnik ilyen egyszerűnek.

– Az első években rengeteg kritikát kaptam. Mindegy volt, mit mondok, sorra jöttek az észrevételek: egy kislány ne beszéljen a sportról. Egy nő ne mondja meg, mit gondoljak a teniszről – és hasonlók. Az első 3-4 év ezzel telt. Észrevettem, hogy ugyanazért a kommentárért sokkal több kritikát ka-

pok, mint a férfi társaim. Lassan és nehezen változott mindez, azóta sincs női sportkommentátor, csak mi ketten az Eurosportnál.

Nadal vagy Federer?

Persze kritika most is van. Általános vélekedés, ha valakinek veszt a kedvenc játékos, akkor az a kommentátor miatt van – mondja. Nagyon érzékenyek a nézők a megjegyzésekre, előszeretettel javítják ki az élő közvetítés



Szántó Petra a Lóczy gimnázium elvégzése óta a fővárosban él, de mint mondja, nem lett belőle budapesti, amint teheti, hazajön Balatonfüredre

közbeni esetleges hibákat is. Néha számon kérik, hogy sokat beszél, néha az a baj, hogy keveset. Visszatérő a nevek kiejtésének dilemmája. Megjegyzik, hogy elfogult egy-egy játékosal szemben, sőt mindhárom nagy sztárjátékos rajongója volt már a nézők szerint. Szóval ezt is, mint minden mást, ami a széles nyilvánosság előtt zajlik, lehetetlen mindenki meglegedésére csinálni.

– Nézői vélekedések szerint voltam már elfogult szinte minden nagyobb játékosal, ez számomra azt jelenti, hogy semleges tudok maradni a közvetítések alatt. Ugyanakkor tudom, személyesség nélkül nincs jó kommentár. Nincsenek szabályok, mindenkinek magának kell kikísérleteznie, meddig megy el. Meghallom a sztárjátékosok káromkodását a pályán, kommentálok a modorosságát vagy nem? Mit tehetek szövé, mit kell inkább elengednem? Az iróniában hol a határ? A pályám elején számtalanszor közvetítettem nem túl ismert játékosok hajnali mérkőzéseit, volt időm ráérezni, meddig mehetnek el. Egyik érememnek tartom, hogy hajlandó vagyok meghallani az építő szándékú kritikát, tudok tanulni a hibáimból. A nagymamám sokáig azzal

várt otthon, hogy kielemezte, mit mondtam rosszul, mire figyeljek, ez sokat segített.

Nyagगतom, a nagy teniszszóközül ki a kedvence. Mert az nem lehet, hogy a játék szerelmeseként ki tudná kerülni a döntést, meg egyébként is, a tenisz világa már egy ideje ilyen: a három nagy közül szeretni kell valakit, mert úgysem nagyon nyer más. – Federer – mondja megadóan, azzal a bizonytalansággal a hangjában, hogy talán ezt nem kellene elárulnia. – A rendkívüli játékontelligenciája, könnyedsége miatt – magyarázza, majd hozzáteszi: valószínűleg ezt túl is kompenzálja a közvetítések alatt, vele szigorúbb, mint a többiekkel.

Nem szeret szerepelni

Az Eurosport az egyetlen sportcsatorna, amelyik csak élőben közvetít. A folyamatos real time meglehetősen embert próbáló, a legtöbbször mindenféle segítség vagy információ nélkül kell közvetíteni a mérkőzéseket. Csipőből regálni például arra, ki látható a képernyőn a lelátó díszpályájában. A kommentátor ugyanazt a képet látja, mint a néző, egy kis szobában ül, távol a sporteseménytől, a verseny atmoszférájából csak annyit érzékel, ami a tévékészüléken átjön. Kiválóan kell tudni több nyelven, ráadásul sokszor dupla szinkrontolmácson keresztül fordítják a versenyzőkkel az interjúkat. Rendszeresen több pályát kell figyelniük, az azokon történeteket ismertetni, de az sem ritka, főleg a nagy versenyek első napjaiban, hogy előzetes

figyelmeztetés nélkül egyik pillanatról a másikra egy új teniszmérkőzést kell közvetíteni.

De mindez eltörpül az élmény mellett, hogy a Grand Slam tornák részese – teszi hozzá, aztán kiderül: a Roland Garros helyszíni közvetítése mellett a legemlékezetesebb mégiscsak az volt, amikor élőben jelentkezett be a londoni olimpia nyitőünnepségéről.

– A sportriporterség csúcsa szerintem az, ha úgy tud valaki közvetíteni, hogy abban benne van a személyisége is, anélkül, hogy az bárki számára bántó lenne. Ezt a szintet szeretném tartani. Olimpiára kijutni egy sportriporternek olyan, mint a karácsony. Remélem, erre még lesz lehetőségem. De azt nem tudom, mi lesz, mondjuk ötvenéves koromban. Azt látjuk, hogy a sportriporterek első nagy generációja koránál fogva abbahagyta, vagy már nem is él, az utánuk érkezők pedig még javában aktívak. Nincs igazán példa előttünk, mit lehet kezdeni hosszú távon ezzel a szakmával.

A Lóczy gimnázium elvégzése óta a fővárosban él, de mint mondja, nem lett belőle budapesti, amint teheti, hazajön Balatonfüredre, mert mégiscsak az ország egyik legszébb helye.

Petra nem szeret szerepelni, így aztán egyáltalán nem frusztrálja, hogy nem áll kamera elé, tulajdonképpen arctalanul, csak a hangja révén ismeri őt a fél ország. – Tévézek, de elbújhatok a közvetítés mögé. Ez így nekem jó kompromisszum – jegyzi meg.

Martinovics Tibor

Jó tanácsok a biztonságos téli közlekedéshez

A tél beálltával jelentősen megváltoznak az időjárási körülmények, melyek komoly kihívás elé állítják a közúti közlekedésben résztvevőket.

Nem elég látni, látszani is fontos! Mindemellett nehezebb a közlekedés a köd, a pára vagy az esetleges havazás miatti korlátozott látási viszonyok, továbbá ónos esőtől, falevél-től, lecsapódó párától, jégtől, hótól csúszós útest. Annak érdekében, hogy ebben az időszakban is biztonságban és balesetmentesen közlekedjen, a Balatonfüredi Rendőrkapitányság az alábbiakra hívja fel a figyelmet:

- Ellenőriztesse autóján a világitóberendezéseket, a fékek, az ablakmosó és hűtőfolyadék állapotát, lehetőség szerint szereljen az autójára téli gumiabroncsot!
- Szükség esetén használjon jégoldó spray-t, jégkaparót és páramentesítőt!
- A fákról lehulló levelek, valamint a mezőgazdasági és egyéb járművek által felhordott sár, illetve a fagy miatt az úttest csúszóssá válhat, aminek következtében csökken a gumiabroncs tapadása és megnövekszik a féktávolság.
- Ködös, esős, havas időben a járművezetők tartssanak nagyobb követési távolságot!

- A láthatósági mellény nélkül közlekedő gyalogosok és a kivilágítatlan kerékpárosok veszélyt jelentenek.
- Elindulás előtt mindig ellenőrizze a gépjárművet, tisztítsa meg a szélvédőt, és távolítsa el a ráfagyott, ráhullott csapadékokat!
- A havat ne csak a szélvédőről takarítsák le, hanem a jelző- és világitóberendezésekről is, és amennyiben lehetőség van rá, a motorház tetőn, a gépkocsi tetején és csomagtartóján se hagyjanak havat, mert az a haladás során leeshet, és másokat veszélybe sodorhat.
- A belső párasodás megszüntetése nélkül ne induljanak el! A legjobb módja szélvédők

szárításának az üvegekre irányított, intenzív fokozatra kapcsolt légkondicionáló használata.

- Fontos tanács a téli időszakban, hogy mindig megtankolt gépkocsival induljanak útnak, hiszen egy torlódás esetén kifogyhat az üzemanyag.
- Hosszabb út előtt tegyenek a gépjárműbe meleg takarót, meleg italt, ami hasznos lehet a nagy hidegben történő várakozásnál, valamint legyen önként feltöltött akkumulátorral rendelkező mobiltelefon is!
- Óvatosan, megfontoltan közlekedjenek, hogy mindenki hazaérjen!

BFN



Szívhez szóló történet

Egy Szívhez szóló feliratú csomagot vettem át a közelmúltban, melyben megérkezett az Arácsért Alapítványhoz a defibrillátor tárolószekrénye.

November elején hirdettük gyűjtést egy közösségi defibrillátor készülékre. Mint jeleztük, az idei évben a személyi jövedelemadókból származó 1 százalékos felajánlásokat házi orvosunk, dr. Gulyás Jenő javaslatára egy Arácson kihelyezendő defibrillátor készülékre hirdettük meg. Közel háromszázezer forint érkezett.

Gulyás doktor áttekintette a forgalomban lévő eszközöket, és egy kültéri defibrillátort javasolt, mely szükség esetén a nap 24 órájában elérhető, azonban ez több mint kilencszázezer forintba kerül.

Egy, a polgármester úrhoz írt beadványban kértük a város képviselő-testületét, hogy járuljon hozzá az eszközbeszerzéshez háromszázezer forinttal, mi pedig vállaltuk, hogy a hiányzó háromszázezer forintot közösségi adománygyűjtéssel előteremtjük. A képviselő-testület október végén meghozta támogató döntését.

Már a meghirdetést követő napon jelentős összegek érkeztek az alapítvány számlájára, még Münchenből is jelentkeztek, hogy a Füred Televízió adását látva csatlakozni kívánnak az adománygyűjtéshez.

A legutolsóként kézhez vett (november 19-i) bankszámlakivonat alapján tudható, nemcsak a készülék megvásárlására, de annak többéves biztonságos üze-

meltetésére is rendelkezésre áll a pénzügyi fedezet.

A pontos adatokat és a támogatók névsorát december közepén az alapítványi honlapon (www.balatonaracs.hu) megjelentetjük. Szintén itt lesz elérhető a készülék használatát bemutató videó is. A járványveszély elmúltával tervezünk szakoktató részvételével tartandó csoportos jelenléti képzést is – a beérkezett felajánlások erre is biztosítják a fedezetet –, hogy a készülék használatát minél többen megismerjék, szükség esetén kezelni tudják.

A most érkezett csomag tartalma egy olyan tárolószekrény, melyet az Arácsi Népház oldalsó bejáratánál, a levélszekrényeknél helyezünk el. A felszerelése és az elektromos hálózatra kötése révén egy temperált, állandó hőmérsékletet biztosító szekrény, melyben az életmentő készülék december közepén kerül elhelyezésre.

A megvásárlásra kerülő eszköz egy olyan félautomata készülék, mely magyar és angol nyelven mondja el a tudnivalókat. A forgalmazó jóvoltából – a Dunántúlon elsőként – egy speciális, úgynevezett lopásgátló funkcióval is rendelkező fog, valamint az Arácsi Népházon már több éve térfigyelő rendszer működik. Mindezzel a „rendeltetéstől eltérő” használatot szeretnénk kizárni.

A készülék üzembe helyezéséről honlapunk és a Füred Tv útján tudósítunk.

Kívánjuk, ne legyen rá szükség, de ha baj van, életet menthet.

Fabacsovics Zoltán
kuratóriumi elnök,
Arácsért Alapítvány

Gaál Antal Covid-19

senki sem tudja hogy miért és hogy miért nem hogy miért ő és miért nem a másik aki mellette áll senki sem tudja hogy honnan és hogy meddig még senki nem érti hogy sokan csak nevetnek rajta mások meg belehalnak mindenki a gyógyírt keresi az útmutatást a biztatást de senki nem találja amit kétségbeesve keres sokan elefántcsonttoronyba zárkozva osztják az észet pedig nekik is kevés jutott s amúgy sem hallatszik le az utcára a piactérgy mindenki jajgat és könyörög vakcina után ácsingózik mintha az megoldás lenne és a másikra mutogat ahelyett hogy legalább most az egyszer tükörbe nézne mert mondjuk ki végre rossz ez az irány ami idáig vezetett minket hibás az az értékrend amihez tíz körömmel ragaszkodunk s ha ezt hittel kimondjuk felelősségünk tudatában akkor a kezünkben a megoldás kulcsa
(2020. október 26.)



Újratervezés karácsony, az ünnepvárás fényében

„Ha én ördög lennék, még gyorsabban pörgetném a világ kerekét.”

Nemzetünk, sőt az egész emberiség jelenlegi helyzetére gondolva visszhangzik bennem Balatonfüredi Református Gyülekezeti Énekkarunk által énekelt Úton című ének néhány sora: „Letér az útról a gyalgó ember, de lelkében Isten hangja süg – kövesd e hangot, azt mondja néked: Én vagyok az élet és az út.” Ugyanis az Úr már a teremtéskor az emberi lélekbe programozott egy jelfogó rendszert, a lelkiismeretet, amely minden ma élő emberben is ott van. Ez a bennünk megszólaló lelkiismeret figyelmeztet minket Isten jóakarására. A kérdés csak az, hogy figyelembe vesszük-e az Úrnak ilyen formában is hozzánk szóló szavát? Mert az Úr nem robotot teremtett szellemünkben.

Hét lelkiismeret

Ha egy skálán ábrázolnánk az ember lelkiismeretét, akkor legalább hétféle lelkiismeretet látnánk. Középen van a helyesen működő, az Istenhez kötött lelkiismeret. Ettől jobbra és balra szűkül vagy tágul a lelkiismeret. Egyik oldalon a tévelygő, a másik oldalon a beszűkült lelkiismeret lenne a véglet. A sokféle lelkiismeret közül csak az Istenhez kötött lelkiismeret hallja meg helyesen az élet útjára hívó mennyei hangot. Márpedig a tét nagy! Földi boldogulásunk, sőt örök életünk!

Megállást parancsol

Úton vagyunk. S ahogyan az úton néha eltévesztjük az útírányt, személyes és közösségi életünkben is megtörténhet ez. Találón fogalmazza

meg ezt Pintér Béla Újratervezés című énekében: „...szeret és nem vádol, vezet és tanácsol, naponta ki tudja hány-szor, megszólal ez a mennyei Navigátor, Nála mindig van újabb esély: Újratervezés!” Úgy gondolom, hogy most az újratervezés idejét éljük mi is a családban, például, ha időlegesen is, bezárnak egy iskolát, óvodát, de az egész gazdaságban, közösségi életünkben, nemzetünk és az egész emberiség életében is. Mert, ha ezt a bennünk megszólaló, életünket kegyelmesen vezetői akaró mennyei hangot nem akarjuk meghallani, csoda-e, ha Isten keze reánk nehezedik és megállást parancsol? Márpedig, ha az Úr keze reánk nehezedik, annak oka van. Az, amit Pál apostol már a Római levél elején, immár 2000 éve olyan alaposan kifejt: ez a világ s benne az ember úgy, ahogyan van, Isten akaratának nem felel meg! Ezért az Úr elsősorban övétől megtérést, megfordulást, feléje fordulást, élet-újulást vár! S ha ezt a figyelmeztető hangot mégsem vagyunk hajlandóak meghallani, megállít minket, a saját érdekünkben, hogy ne rohanjunk a vesztünkbe, örök kárhozatba. Olyan nagy az ő hatalma, hogy egy emberi szemmel láthatatlan vírussal is meg tudja ezt tenni, mint ahogyan ma ez történik.

Még gyorsabban pörgetném

Valaki azt mondta egyszer: „Ha én ördög lennék, még gyorsabban pörgetném a világ kerekét.” Ma nagyon sokan zúgolódnak társadalmunkban is a bennünket ért kényszerleállások és annak következményei miatt. Pedig úgy gondolom, hogy zúgolódás helyett pont így, az adventi időben, a

középső karácsony fényében el kellene csendesednünk, és az Úr akaratát figyelembe véve át kellene gondolni személyes és közösségi életünket.

Kő az úton

M. Feesche után németből fordította Túrmezei Erzsébet a Kő az úton című verset. Ez a vers nagyon aktuális ma a mi



számunkra is. „Gondolod, kerül életed útjába / egyetlen gátló kő is hiába? / Lehet otromba, lehet kicsike, hidd el, ahol van, ott kell annak lennie. / ...Jóságos kéz utadba azért tette, hogy te megállj mellette és kezdj el beszélni róla Isteneddel! / Őt kérdezd meg, milyen üzenetet küld azzal az akadályal neked. / S ha a lelked Istennel találkozott, utadba még minden kő áldást hozott.”

Hiszem azt, hogy ha most mi is megállunk, és a versben leírtak szerint elgondolkodunk és cselekszünk, még a jelenlegi helyzetből is áldást hozhat ki az Úr. Mert, bár nagyon jó volna, ha mielőbb megtalálnák a járvány elleni gyógyszert, de ennél még fontosabb az, hogy elfogadjuk Istennek Jézus Krisztusban megjelent gyógyító szeretetét és kegyelmét, vagyis Isten felénk kinyújtott mentő, szabadító kezét.

Riczinger József
lelkipásztor

Balaton rímhumor (2.)

Mégiscsak jó világ a mai! Az ember még akkor is ajándékot kap, ha nem is gondol rá.

Így tett velem a kedves szerkesztő, amikor az előző számban leközölte a Balaton rímhumor című anyagot, alábbgyesztve: összeállította Praznovszky Mihály, azaz én magam. Csak előre szólok a húsz év múlva esedékes életrajzíróimnak, hogy én bizony ezt csak közreadtam, nem írtam, nem szerkesztettem. Csak megtaláltam, megörültem neki, s gondoltam, ebben nagy téli hidegben (ami lesz, vagy már van, nem is tudom) milyen jó lesz olvasni a nyári Balatonról, a szép időről és azokról a nagyszerű írókról, tudósról akik olyan jól érezték magukat Fürden már száz évvel ezelőtt is. Annak idején, 1942-ben (már lassan nyolc évtizede ennek is) egy bizonyos T. K. nevű szerző adta közre az Új Időkben, a kedvelt polgári hetilapban. Tábor Kornél lehet ő, nagy Balaton- és Füred-rajongó újságíró (1879–1944), akinek az életét a fasizmus oltotta ki. Ha majd lesz időm, egyszer szépen megírom, miért is értékes ez az összeállítás, kik ezek a szereplők, mert mindannyian fontosak nekünk, füredieknek. (pm)

Bartók Lajos, aki a Bolond Istókot is szerkesztette, rávághatta, mikor az is szóba került, hogy mi a legszebb rím a Balatonra?

*Barátom biztosan: bőború Badacsony,
Bitangolsz, bár búsan, bőhalú Balaton*

*Halálra ha húzol, hosszas hús hordóbúl
Bölcsé bátorodol bolondos bambábúl.
Lábad lenge lépte lompossa lassúdhát,
Lelked lángra lobbán, litere ha csobban.*

Aztán egyes fürdőhelyek apró jellemzése alliterációs módon, a Balaton vidéki borról „el nem feledkezvén”:

*Csopakra csábíthat, csákód csapva csára!
Vonyarc venyigéje vonz vig vendégeket.
Bogláron berügni bizony bátorságos.*

Na és egyéb propaganda-jelmondatok, amelyeket akkor egyszerűen vidám jelszónak mondtak:

*Keszthely kerti parkja kiválóan kies.
Siófoki strandra sütkérezni siess!
Földvárort főúri finomfajta fenyves
Fonyódon fölséges faárményéért fizess.
Révfülpön remek részre rándulhatsz
Dadogva dúdolom: dús dinka Diásdon
Almádi azonban, az az angyal-álom.*

De akadtak kedvesebb, anekdotaszerű kalandok is. Jókai Mórt a balatonfüredi villájukban bizony nagyon őrizte felesége, Laborfalvi Benke Róza. Vigyázni kellett Jókai egészségére, meg arra is, hogy naponta megírja a penzumot Az arany emberből vagy a Damokosokból. Állítólag akkor gyártotta Lauka ezt a versikét:

*Móric bátyánk arcán ború,
Róza néni oly szigorú!
Dicsérjük csak a kalácsit*

*Szöktessük ki Móric bácsit.
Zumm-zum, szállóspincébe
Visszahozzuk estére.*

Zümmögő kardalt énekeltek, és egyszer – igaz, csak egyszer – sikerült is kiszöktetni Jókait az Eötvös-szőlőbe.

*Aztán megint Vajda János, a bölcselő:
Athén nagy bölcsé, ha itt éltél volna.
Hol elterül a napos Balaton.
Bölcsészeted is derűsebb lett volna
Szentül hisszük ezt, peplonos Platon.*

Ágay (Csicseri Bors), a Borsszem Jankó nevezetes szerkesztője többször nyilatkozott, még karikatúrát is csináltatott Bizay Mihályról. „A nemzet bárója”, amint ezt a mulatságos füredi figurát hitták, kezdett már egy időben konfidenskedni, s akkor egy tihanyi kirándulás után röppent el Csicseri Bors szájából ez az „aperçu”:

*Sokat jártatja száját Bizay,
De ekhója már inkább biz ia!*

Csak hogy értsük pontosan a játékot:

Bolond Istók: Népszerű humoros újság
csára: csáléra, azaz félre csapva
penzum: napi elvégzendő feladat
peplonos Platon: ókorban viselt felsőruha
konfidenskedni: szertelenkedni
aperçu: szellemes megjegyzés



Vírushelyzet és lelki egészség

Egy járványügyi szempontból is elviselhető, szép nyár után megalapozott szakmai érvek mellett sem könnyű elfogadni, hogy az életünknek korlátozzák. Szerettük volna azt gondolni, hogy túl vagyunk az egészen, s remeltük, hogy az emlegetett második hullám nem következik be. Mostanra sokan kifogytak a tartalékaikból érzelmi, türelmi és nem utolsósorban anyagilag. Ráadásul a szigorítások végét nem látva megyünk bele az egyébként is szürke, hideg télbe. Szalai Katalin klinikai szakpszichológust arról kérdeztük: hogyan vehető fel ilyen helyzetben egy lelki alapállás?

– Ahányan vagyunk, annyi-féle alapállás létezik. Van, aki egyáltalán nem szenved meg ezt a helyzetet, van, aki csak egyszerűen bosszús, mert nem tudja kontrollálni például az idejét, és szabályok mentén kell beosztania. Pszichológusként azokkal találkozom, akik szenvednek, leginkább szoronganak a kialakult körülmények miatt. Az ember legnagyobb félelme a saját elmúlása, a szorongók jelentős része pedig attól fél, hogy idejekorán hal meg.

Izolálódás

Akik egyébként is egyedül élnek, azok elzárva érzik magukat az emberi kapcsolatoktól. Könnyebb helyzetben vannak azok, akik elektronikus kapcsolatot tudnak tartani a szeretteikkel és a barátaikkal. A tavaszi karantén alatt nagyon sok idősebb ember megtanulta használni az online felületeket, ami nem is olyan nagy ördögösség, és óriási előrelépés. Beszéljünk, csicseregjünk, csak ne egymás negatív gondolatait erősítsük: ne segítsünk a másiknak haragudni a vírusra vagy valakire. A negatív érzések az immunrendszer teljesítményét is rontják. A személyes érintkezés a maszkhasználat miatt is nehézkes, az arcunkról leolvasható rengeteg üzenet, mimika és metakommunikáció elvész a kitakarással. A boltokban meg se ismerjük egymást, de emiatt nem kell megsértődni.

Mindenki gyanús

Vannak aggodalmasabb típusú emberek, akiknek a félelem tárgyként bármi kapóra jöhet, pláne egy fertőző betegség. Ráadásul a mostani vírus már a tünetek megjelenése előtt képes fertőzni, tehát mindenki gyanús. Lehet mondani valakinek, hogy ne szorongjon, ne féljen, de ettől egy szorongó ember nem tudja abbahagyni a szorongását, ez van a gondolatai középpontjában. Tehát a figyelmet kell

pozitív dologra terelni, hiszen sokféle módon tudjuk magunkat felvidítani, ami nem önbecsapás. Tudatosan keressünk valamit, ami korábban jót szokott tenni nekünk, és aminek lehet örülni: vegyük elő a süteményes dobozokba ömlesztett régi fotókat, amik örömteli események kapcsán készültek, és régóta várnak az albumba rendezésre. Az önbecsülésünknek is jót tesz, ha húsz-harminc évvel ezelőtti önmagunkat látjuk egy jó periódusunkban.

Kezdjük picivel

Segíteni tudnak a feladatok is. Kedvetlen, energiaszegény állapotunkban össze szoktak gyűlni a teendők, és úgy érezhetjük, hogy már nem is érdekes nekiállni. Kezdjük picivel, aminek látjuk a végét: csak egy fiókot rakjunk össze vagy csak három bögrét mosogassunk el, s ha látjuk, hogy nem is ment nehezen, akkor a hozzá tartozó három tárgyért is elmoszuk.

Jó helyzetbe tudják magukat hozni azok, akiknek van valamilyen látványos eredményt produkáló, kreatív hobbijuk. A három nyers tojáshoz képest egy rántotta is eredménynek hat, bár igen gyorsan eltűnik. A hímzésnek, a téli sálak, pulóverek kötésének, horgolásának, férfiak esetében egy csöpögő csap megjavításának lesz kézzelfogható eredménye, ami boldogsághormonokat szabadít fel az agyban, és ezek képesek elfűjni a negatív gondolatokat. Az önsajnálta észrevételül tudjuk belehergelni magunkat, amitől percek alatt pocskék hangulatba kerülhetünk. Szerintem mindenkinek van valami hobija, de újakat is ki lehet találni vagy megtanulni. Nem kell feltétlenül a hasznosságra törekedni, elég, ha szép eredménye van: egy dekoráció vagy egy új karácsonyi sütemény receptjének a kipróbálása.

Aludjunk magunkért

Sokféleképpen összetett feladat előtt állunk. Például egy introvertált, zárkózott ember, aki eddig naponta bejárt a munkahelyére, az akár fél is lélegezhet az otthon végezhető munka lehetőségétől, de össze lesz zárva a családjával, akik ricsajoznak-lármáznak, miközben neki dolgoznia kell, és időgazdálkodási gondjai akadnak. Ha rendszeres a feladata és annak a számonkérése, akkor érdemes a korábbi időbeosztását tartania: buszra szaladás helyett végezzen otthoni tornát, ami felfrissíti a testét és a gondolatait, majd álljon neki a feladatainak, mintha a munkahelyén lenne. Akinek nincs sűrű leadási kényszere és mostanra már el is fáradt, annak azt tanácsolnám, hogy büntudat nélkül aludja ki magát! Akár napokon keresztül, amikor csak hagyják aludni. Ébredés után frissebben bele lehet húzni a napba, hogy ne legyen túl



Szalai Katalin klinikai szakpszichológus

nagy a lemaradás. Ha pihe-nünk, azt is önmagunkért tesszük.

Mesterem a napirend

A tavaszi karantén idején megnövekedett a háziasszonyok büntudata, mivel otthon voltak és a vasalóval is otthon volt, de a gyerekek is otthon voltak, és valamikor dolgozni is kellett... Nem állt több órától a nap, mint korábban. Beszéljük meg magunkkal, hogy csütörtök délután fogunk vasalni, de hétfő és csütörtök között ne gondoljunk a gyűrt ruhákra, koncentráljunk az egyéb feladatokra. Magunknak csináljuk, ha a fejünk fölött összecsapnak a hullámok. A feladataink között vannak fontosak és vannak sürgősek, de a legkritikább esetben sürgősek és fontosak egyszerre. A sorrend keresése során pánikba eshetünk, és akkor egyikkel sem készülünk el. Az életünk sok esetben több adminisztrálással telik, mint valós tevékenységgel, de az időbeosztást nem érdemes megspórolni. A halogatás komoly problémaforrás, egyre rosszabb a lelkiismeretünk, és semmivel sem haladunk. Időbeosztással előbbre is jutunk, és meg is bocsáthatjuk magunknak, ha egy nyomasztó feladat távolabbi időpontra kerül.

Az összecsúszás is komoly próbatétel, mert egy társasági személyiségnek is szüksége van valamennyi csendre és magányra. Ha gyerekek vannak a családban, akkor jó lenne, ha a felnőttek meg egyeznének, hogy egy kicsit az egyikőjük legyen a gyerekekkel, aztán cseréljenek. A

mindig, mindenhová, mindenki együtt szépen hangzik, csak rettenetesen kimeríti az ember idegrendszerét, és nem azért, mert rossz ember, hanem egyszerűen túl sok és folyamatos az inger.

Családi szponzor

A pszichológusi pályám harmincöt éve alatt számtalan olyan emberrel találkoztam, akinek nem pszichológus kellett volna, hanem egzisztenciális biztonság: fix munkahely és pénz. Nem hiszek abban, ha valakit azzal vigasztalnak, hogy a munkája elvesztése semmiféle bajjal nem jár. Viszont azt sem lehet megígérni neki, hogy nem fogja elveszíteni a munkáját... Nem látjuk a mostani helyzet végét, átgondolandó, hogy ehhez pluszban magunkra vegyünk tanulási folyamatokat, amikre nem is biztos, hogy van pénzünk. Ettől függetlenül előfordulhat, hogy bizonyos váltások ideje most jött el: rá tudjuk venni magunkat egy piacképesebb szakmára, a tanulás idejére pedig a kiadások fedezetére a családon belül is lehet szponzort keresni. Minél több lábón állunk, annál nagyobb biztonságban vagyunk.

Nincs centink

A jelenlegi helyzet negatív stresszel jár, amik között lehet akut vagy krónikus. Akut stressz az, amikor sorra kerülök a fogorvosnál, túl kell esnem tizenöt rossz percen, de egy óra múlva mögöttem lesz már, vagyis reményt ad, hogy látom a végét. A sorkatonának is volt centijük, amit vághattak. Sokkal nagyobb megpróbáltatások viselhetők

hisz benne. A hit érzelmi kategória, a vírus viszont bármennyire is primitív lény, mégis egy objektív tény. Nincs anyagcseréje sem, az egyetlen programja, hogy egy gazdaszervezetben sokszorozza önmagát, és ezt meg is teszi, akár hiszünk benne, akár nem. Aki csak azért veszi fel a maszkot, hogy nehogy megbüntessék, az is legalább felvette.

Számháború

Sokakat foglalkoztat, hogy településekre lebontva nem ismerjük a statisztikai adatokat, hogy a környezetünkben hányan betegedtek meg egy adott időszakban. Az ember alapvető igénye, hogy amennyire csak lehet, kontrollt gyakoroljon a környezete fölött. De ha tízszer annyi beteg van a városban, mint amennyire gondolunk, akkor sem fogunk tíz maszkot egymásra rakni az arcunkon. A világviszonylatban ajánlott megelőzési módok (maszk, kézmosás, távolságtartás) betartása mindenkinek elemi érdeke és saját feladata, hogy önmagát megóvja a fertőzéstől. Vannak emberek, akik a konkrét adatok birtokában képesek annyira szorongani, hogy be is pánikolnak. Talán őket igyekeznek védeni az általános adatok nyilvánosságával. Érdemes inkább felelős felnőttként a saját védekezésünkre koncentrálni.

Vissza a természethez

A természet még szél és eső esetén is képes olyan harmóniát sugározni, amire, ha ráhangolódunk, akkor sokkal jobb lesz a közérzetünk és a hangulatunk. Például egy húszperces erdei vagy vízparti sétával – nem kell rohanni, elfáradni – sok stresszt tudunk kidolgozni a szervezetünkben. Azért kell minimum húsz perc, mert ennyi időre van szüksége a szervezetnek, hogy átálljon egyik tevékenységről a másikra, és megnyugodjunk. Ha csak öt percre visszük le a kutyát, az csak a kutyának jelent könnyebbséget, magunkra több időt kell szánnunk.

Mire jó a téli időszak?

Korán sötétedik, ami nem jó, de be lehet kuckózni, ami remek. Ez a pozitív gondolkodásnak az a része, ami nem önámítás, vagyis ami rossz, az rossz, de nézzük meg a jó oldalát is: például elkezdhetünk olvasni olyan könyveket, amik érdekelnek bennünket, de eddig még nem került rájuk sor. A hangulat megteremtéséhez készíthetünk egy illatos teát vagy meggyújthatunk egy gyertyát, méceszt. Készüljünk rá, adjuk meg a módját.

Nem fogjuk megszeretni a vírust, de lesznek jó emlékeink is ebből az időszakból.

Mórocz Anikó



Ne etessük a vízimadarakat!

Általános látványosság a vízpart közelében a vízimadarak etetése. Gyerekek és felnőttek egyaránt elbűvölve nézik a fejük körül suhanó sirályokat és a kezükből falatozó vadkacsákat. A Balaton-felvidéki Nemzeti Park munkatársa azonban arra hívja fel a figyelmet, hogy az emberi fogyasztásból megmaradt pékáru kifejezetten káros a vízimadarak számára.

A téli betegségek megelőzése érdekében az orvosok is azt javasolják, hogy sokat tartózkodjunk friss levegőn és mozogjunk. A Balaton mellett élők szívesen választják sétájuk helyszínéül a vízpartot, s ha már odamennek, akkor visznek magukkal kenyeret vagy kalácsot, amit a hattyúknak és a vadkacsáknak adnak. Pedig erre igazán nem lenne szükségük, sőt: kifejezetten ártalmas is az etetésük.

– Az etetés a madaraknak nem, inkább csak az emberi léleknek tesz jót – állítja Szinai Péter, a Balaton-felvidéki Nemzeti Park természetvédelmi ökológusa. – Ha mesterséges táplálékot kínálunk a madaraknak, akkor elvonjuk őket a természetes táplálékuktól, illetve ezek a tápanyagok nincsenek benne az ő mindennapi táplálkozásukban, vagyis az emésztésüknek sem tesz jót. A kihelyezett madáreség – ami általában préselt lucerna – azonban nem káros.

A kacsák és a hattyúk étlapján elsősorban vízi és szárazföldi növények szerepelnek, amiktől tápanyag-összetételben jelentősen eltér az emberi fogyasztásra alkalmas pékáru.



– Elsősorban nem megfelelően fejlődnek, ami különösen akkor látványos, amikor a fiókákat nyáridőben etetik, s fejlődési rendellenességek alakulnak ki náluk. A hattyúfiókákban például úgynevezett angyalszárnybetegség jöhet létre, ami visszafordíthatatlan folyamat. A pórul járt madarak életük végéig röpképtelenek maradnak – figyelmeztet a szakember.

A nemzeti park munkatársa azt tapasztalta, hogy az elmúlt öt-tíz évben lényegesen kevesebben etetik a vízimadarakat, ami a hattyúk számán is megfigyelhető: kevesebben csoportosulnak például a Tagore sétány környékén.

Egy évtizeddel ezelőtt az sem számított extra esetnek, amikor száz-százötven madár is itt tartózkodott, ehhez képest az utóbbi két-három év-

ben öt-tíz, maximum harminc példánnyal találkozhatunk.

Szinai Péter szerint Magyarországon már csaknem százötven éves hagyománya van az énekesmadarak téli etetésének, ami általában napraforgómagot jelent, és ez nem káros.

– Az énekesmadarak téli etetésének a környezetnevelési hatása a legfontosabb: közel tudjuk hozni az emberekhez a madarakat, érzékenyebbé válnak irántuk, ami természetvédelmi szempontból rendkívül hasznos. De figyelniünk kell arra, hogy ha tél elején elkezdjük az etetést, akkor azt az egész szezonban folytassuk, mert jelentős problémákat tudunk okozni, ha odaszoktatjuk őket egy helyre, és hirtelen megszakítjuk az etetést. A madarak ugyanis számítanak a táplálékra, és akár el is pusztulhatnak egy hideg idő esetén – állítja Szinai Péter. **MA**

Egyedülálló élmény a madarak figyelése

Magyarországon legalább 1890-től számíthatjuk a lakosság madáretetési mozgalmanak indulását, így a 2020/2021-es tél immáron a 131. szezonn.

Ennek kapcsán a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület (MME) arra hívja fel a figyelmet, hogy a madarakat – a közvélekedéssel ellentétben – nem azért etetjük, hogy azok életben

Az énekesmadár-etetési időszak az első fagyok késő őszi beköszöntésétől ezek megszűnéséig, november második felétől márciusig tart. Az etető madárforgalma elsősorban a tél keménységétől, ezen belül is főleg a hótakaró vastagságától és tartósságától függ. Enyhe teleken az etetőket látogató madarak faj- és egyed-száma gyakran csak fele, harmada a megszokottnak. Az énekesmadaraknak adható téli madáreségek 3+1 csoportba



A szalonnát csak főzött állapotban függesszük ki!

maradjanak, erre a sok évezredes alkalmazkodásnak köszönhetően emberi segítség nélkül képesek. A cél alapvetően a saját gyönyörködésünk, a mintegy ötven potenciális etetőlátogató madárfaj megfigyelése egyedülálló élményt kínál a kertekben, a parkokban és sokadik emelet magasságában is. Ugyanakkor az MME felhívja a lakosság figyelmét arra, hogy a vízimadarakat ne etessék, mert ez tömeges pusztulásukat okozhatja.

sorolhatók: napraforgó (ez az eleség már önmagában is elegendő!); alma (gallycsomokra szúrva és földre szórva) és bogycsók (vadszőlő, borostyán, tűztövis, nyugati ostorfa, fagyfű); állati zsiradék (háj, fagyfű, főzéssel sótalánított szalonna, cinkegolyó); plusz ivó- és fürdővíz, a befagyott itatókban a naponkénti vízcsere. Bármilyen kísérletezni a madarakra nézve kockázatos lehet. Részletek: http://www.mme.hu/teli_madaretetes

Orbán Zoltán, MME

Szilveszterkor csak a pezsgő durranjon

Talán valamennyi kutyatartó egyetért abban, hogy a szilveszter este-éjszaka a házi kedvenceik számára a rettegés legfelsőbb foka a számtalan tűzijáték miatt.

Szeretnénk, hogy szilveszterkor csak a pezsgő durranjon, ezért olyan önkéntes civil vállalatot indítottunk, melyben kezdeményezzük, hogy a szilveszteri házi tűzijátékok helyett jótékonyági célra fordítsuk az erre szánt összeget.

Kérjük, december 20-ig jelentkezzenek mindazok az aracsertalapítvány@gmail.com e-mail címre küldött üzenettel, akik vállalják, hogy:

– idén szilveszterkor otthon nem gyűjtanak tűzijátékokat
– a tűzijátékra szánt összeget jótékony célra fordítják (például olyan állatvédelmi szervezetek támogatására, mint a Balatonfüredi Ebmenhely)

– továbbá december 20. és december 30. között ilyen

tartalmú nyilvános üzenetet írunk vagy oszthatunk meg a közösségi fórumokon

Az Arácsért Alapítvány jövő évi rendhagyó naptára a körülöttünk élő állatokat mutatja be, ezáltal is fel kívánjuk hívni a figyelmet állatvédelemre, az élet iránti tiszteletre.

Mindehhez szervesen kapcsolódik a fentiekben szereplő, szilveszterre vonatkozó felhívás is, melyre az első 25 jelentkező ajándékba kapja az Arácsért Alapítvány 2021. évi, állati jó falinaptárát, továbbá valamennyi, december 20-ig beérkező jelentkező sorsoláson vesz részt, melynek nyertesek ajándékba kap egy palack Kemendy Arács Zenit Brut Nature pezsgőt, hogy szilveszterkor valóban csak a pezsgő durranjon.

Mindenkinek kellemes karácsonyi ünnepeket és békés, boldog, vírusmentes új esztendőket kívánunk!

**Fabacsovics Zoltán
kuratóriumi elnök,
Arácsért Alapítvány**

A könyvtár bezárt, de így is van lehetőség a kölcsönzésre

A november 10-én életbe lépett kormányrendelet értelmében a balatonfüredi könyvtár is bezárt. Az épületbe ugyan nem lehet belépni, de lehetőséget biztosítanak a kölcsönzésre.

– A tavasszal is hasznosnak bizonyult szolgáltatásunkat újraindítottuk – mondta Tóth Györgyi, a könyvtár igazgatója. – Olvasóink a teljes nevük vagy olvasójegyszámuk megadásával elküldhetik nekünk e-mailben – a szerző és a cím feltüntetésével – a kölcsönözni kívánt könyvek listáját, de telefonon is bediktálhatják a kérésüket. Az összekészített könyvcsomagok előre egyeztetett időpontban a könyvtár oldalsó, mozgássérültek által is megközelíthető bejáratánál vehetőek át hétfőtől péntekig 8 és 16 óra között.

Az olvasmányok kiválasztásában segítség lehet a könyvtár honlapján található katalógus, ahol szintén az olvasójegy



Az olvasók most nem látogathatják a könyvtárat, de telefonon vagy e-mailben leadhatják könyvigénylésüket

számával és jelszóval azt is ellenőrizhetjük, hogy milyen könyvek vannak nálunk. A lejárt határidők miatt nem kell aggódnunk, hiszen a zárlat feloldásáig a már kikölcsönzött könyvek automatikusan hosszabbításra kerülnek.

– A tavaszi zárlat idején sokan és örömmel fogadták a könyvek elvitelének lehetőségét – emlékezett vissza Tóth

Györgyi. – Az újabb vészhelyzet miatti zárás óta eltelt egy hét alatt már közel száz olvasó jelezte, hogy szeretné igénybe venni ezt a szolgáltatást. Akik koruknál vagy betegségük miatt nem tudnak személyesen eljönni a könyvcsomagért, azoknak kollégáink az előírt védőfelszerelésben kiszállítják azt, illetve a Szociális Alapellátó Központ vállalta,

hogy az ő ellátottaikhoz elviszik a becsomagolt könyveket. A városi önkormányzat jóvoltából a könyvbeszerzésünk nem állt le, érkeznek az új kötetek, amikre nagy igény mutatkozik.

A zárvatartás idején a könyvtár munkatársai fogadják a beérkező igényeket, összekészítik a könyvcsomagokat és háttér munkát is végeznek. A beiratkozott olvasók a katalógusból választott könyvre elő is jegyezhetnek, a szintén csomagoltan visszaérkező könyveket azonban nem adják ki azonnal: félreteszik azokat, és csak az előírt pihenési idő után válnak ismét kölcsönözhetővé.

A városi könyvtár elérhetőségei: olvszolg@varosikonnyvtar.t-online.hu vagy varosikonnyvtar.t-online.hu, telefonszám: +36(87)343-070. A könyvek kiválasztásához használható katalógus a www.bfured-konyvtar.hu címen található. **Mórocz Anikó**



Füredi feltámadás

Az NB III-as bajnokságot rendkívül gyengén kezdő Balatonfüredi FC az utóbbi fordulókban látványosan feltámadt: az utolsó kilenc mérkőzésen 6 győzelem és 3 döntetlen a fürediek mérlege, 26 gólt lőttek és 7-et kaptak, az utolsó helyről feljöttek a 13. helyre, de természetesen így is tovább kell folytatni a megkezdett munkát és a pontok számának gyarapítását, nem nyugodhatnak meg teljesen a piros-fehérek, hiszen kevés pont választja el a csapatokat a tabellán egymástól, és még a második felvonás, a tavaszi szezon hátravan – igaz, ebből két mérkőzést még idén lejátszanak, a többi tavasszal rendezik meg.

A sikeres szereplés elsősorban az új vezetőedzőnek, *Borgulya Istvánnak* köszönhető, aki szeptember közepén vette át a gárda irányítását. Még a BKV Előre elleni meccs előtt készült vele egy hosszabb interjú.

– Kaptam egy telefonhívást az elnök úrtól, és utána döntöttem el, hogy ide jövök edzősködni. Láttam, hogy itt van kihívás, ez nekem mindig is tetszett és érdekelt, úgyhogy ebből kifolyólag el is fogadtam a klub felkérését – válaszolt arra a kérdésre, hogy miért választotta a Balatonparti gárdát.

Az új tréner szerint nemcsak a tudás, hanem a hozzáállás és az öltözői hangulat is nagyban befolyásolja egy csapat szereplését, ami az érkezésével szerencsére látványosan feljavult.

– Jó a csapat, ez látszik az utóbbi eredményeken és a góllátogatásunkban is. A hangulat a csapatban belül most nagyon jó, edzésen és meccsen pedig a játékosok odateszik magukat, ahogy kell. Egy új edző érkezésével általában minden megváltozik, a játékosok összekapják magukat, jobban odafigyelnek, most a játékosok értékelik, hogy mit szeretnének játszani, milyen típusú edző vagyok (itt elmondta, hogy támadó felfogású edző, szeret támadni, menni, gólt löni). A játékosokon láttam,

hogy olyan támadószellem van bennük és olyan lehetőség, ami sokkal több annál, mint amit eddig mutattak.

A szakember azt is elmondta, hogy a célok között egyértelműen a bennmaradás szerepel (ezt minél előbb biztosítani kellene, hogy ne legyen gond), a bennmaradás után pedig bármire nyitott, örülne, ha esetleg jövőre egy olyan csapat alakulna ki, amely ott lehetne az első három helyezett között, de ehhez persze sok minden kell. Szerinte a pálya minőségét és a környezetet is tekintve nagyon jó körülmények között van a csapat, a magasabb osztályban való szerepléshez pedig nem okozna gondot a pálya további átalakítása.

A játékosállomány lehetséges változásairól a következőket mondta:

– Mint minden átigazolási időszakban, így télen is lehet változásokra számítani a játékoskeretben, a keretet fel kell tölteni, az erős alaphoz igazolni kellene 3-4 új, meghatározó játékost, főleg a hiányposztokra, emellett jönnek fel a fiatalok is, őket szépen beépítget-



Borgulya István, a BFC új vezetőedzője

jük, fokozatosan fognak játszani, lehetőséget kapni. A Budapest Honvéd csapatával is kapcsolatban vagyunk, ők is ígérték, hogy télen sok játékost fognak ideirányítani, de természetesen nekik is meg kell felelniük az itteni elvárásoknak.

A csapatnak tehát tovább kell haladnia a megkezdett úton, az elkövetkező mérkőzéseken minél több pontot kellene bezsebelni, hogy kitűzött céljait elérje.

Csákvári Marcell

Akárcsak egy spártai

A Spartan Race egyszerre sport, közösség, életfilozófia, egy edzés és persze akadályverseny. A versenyzők 5, 10 és 21 kilométeren teljesíthetnek 20, 25, 30 fölötti számú akadályt. Európában először a Magyar Honvédség együttműködésével Veszprémben rendeztek sprint- és szupertávú Honor Race versenyt november 7-8-án.



A jellegzetes akadályok: sár, szögesdrót, falak, tűz és kötelek, függeszkedős gyakorlatok.

Az amerikai extrémportoló, *De Sena* 2009-ben alapította a Spartan Race versenyt, amelyet ma már minden évben megrendeznek több mint egymillió résztvevővel, és ezzel ez a legnagyobb extrém akadályverseny a világon.

A balatonfüredi *Czaun Szimonetta* a novemberi veszprémi versenyen korosztályában 6. lett. A sprinttávon indult, 6,74 km-en 26 akadályból 25-öt sikeresen teljesített egy óra alatt.

Akik egy naptári éven belül teljesítik mind a három távot, jogosultak lesznek az úgynevezett trifectaérem megszer-



zésére. Minden célba érkezés során a versenyzők megkapják a táv érmét és mellé egy 1/3-ad érmét a táv színével, így a három táv teljesítése után saját magának összeállíthatja a negyedik érmét, a trifectát. Akik egy éven belül többször is teljesítik a trifectát, azok külön érmét kapnak, amelyen fel van tüntetve a megfelelő szorzó. Szimonetta is tagja már ennek az elit klubnak, van már egy Multi trifectaérme, ugyanis egy év alatt kétszer teljesítette az összes versenyt.

Balatonfüreden már csapatuk is van a spartanozóknak, a tagok hetente kétszer edzenek. A Spartan Training Group a Facebookon várja az érdeklődőket.

BFN

Ismét Érdi Máriát választották a legjobb női vitorlásversenyzőnek

Érdi Mária lett az év legjobb női vitorlázója. A tokiói játékokra készülő versenyző ezzel megvédte címét, és sokadszorra érdemelte ki az elismerést. A férfiak mezőnyében Berez Zsombor lett a legjobb.

Érdi Mária furcsa és nehéz szezonon van túl. – Versenyzői pályafutásom legnehezebb éve volt az ideig. Olyan nehézségekkel kellett szembenézni – természetesen az ellenfelekkel együtt –, amelyekre nem nagyon számítottam. Igyekeztem azon a kevés versenyen



jól teljesíteni, ahol el tudtam indulni.

Az Év Vitorlázója Díj nagyon megtisztelő, immár sorozatban sokadszor vehetem át ezt az elismerést, de ezt nem lehet megenni. Mindenkinek köszönöm, aki segített az idei szezonban is – mondta *Érdi Mária*, aki az MVM Zrt. támogatásával készül a jövő évre halasztott tokiói olimpiára.

Érdi több kisebb verseny megnyerése mellett idén dobogóra állt az egyik legrangosabb nemzetközi viadalon, a Kieler Wochén, ahol a világbajnok és az olimpiai bajnok mögött végzett harmadikként.

BFN

A koronavírus nem kímélte a röplabdázókat sem

Dubravka Vukoja remekül mutatkozott be az Extraligában a Szent Benedek röplabdacsapatában. A szeptember feladók alatt kiválóan összeszokott a csapattal. A koronavírus-fertőzés azonban őt sem kímélte, szerencsére már jól van, de még messze van a tökéletes formától.

– Bár nem tudatok nyerni a Békéscsaba ellen, de az arcotokról leolvasható volt, hogy minden, a pályán töltött percnél örültek.



Dubravka Vukoja a 10-es számú mezben

– Nagyon jó érzés volt, hogy hosszú idő után visszatértem a pályára. Senki sem

számított rá, hogy a szezon megkezdése után rögtön ilyen nehéz időszakon megyünk

keresztül. A csapat és a klub vezetése is mindent megtett azért, hogy mielőbb felépüljünk, és biztonságban, egészségesen térhessünk vissza. Most azon dolgozunk az edzéseken, hogy mielőbb visszanyerjük a formánkat.

– Az öröm mellett érződött az is, hogy folyamatosan fogott az erőtök. Te is átésted a betegségen, mit érzel, mennyire hagyt nyomot a szervezetedben?

– Ez egy nagyon komoly betegség, ha benne vagy, akkor nagyon legyengít, és ha gyógyult vagy, minden leledet

negatív, akkor is érzed még a hatását. Nagyon sok vitamint és ásványi anyagot szedtem, hogy az immunrendszerem minél erősebb maradjon. Azonban így is azt érzem, hogy egy kétórás edzés teljesen kimerít. Ugyanakkor hiszek benne és tudom, hogy idővel visszajön az erőm. Az orvosi engedély után, fokozatosan kezdhettük terhelni a szervezetünket. Mindennap okosan dolgozunk, az edzői stáb nagyon komoly figyelemmel, úgy terhel bennünket, hogy az egészségünk biztonságban legyen.

Bár a Kaposvár ellen 3-0-ra kikapott a Szent Benedek csapata november 28-án, *Andrea Milodanovics* edző így nyilatkozott a mérkőzésről: – Büszke vagyok a lányaimra, elsősorban azért, mert ilyen játékot tudunk nyújtani azok után, hogy öt héttel csak fektedtünk, nem edzettünk, míg a Kaposvár folyamatosan játékban van. Ez a csapat csodákra képes: egy ilyen helyzet után ilyen játékot produkálni! Tüdővel nem bírtuk sajnós, játékban partnerek voltunk. Folytatni kell, és meglesz az eredmény is.

Kibédi Péter



Megéri a napelem telepítés télen is!

**TANÁCSADÁS - ELŐZETES IGÉNYFELMÉRÉS - TERVEZÉS - KALKULÁCIÓ
ÁLLAMI PÁLYÁZAT MEGÍRÁSA - TELJES KÖRŰ KIVITELEZÉS - 0 %-OS HITEL**



Kezdje el időben lakásának, házának energiahatékonysági felújítását, hogy tavaszra működőképes rendszere lehessen! Így az igazán energiatermelő hónapokat maximálisan ki tudja használni, rengeteg energiát eltárolva a téli időszakra.

A jelenlegi 0%-os kamattal lévő támogatási forma előreláthatólag tavaszig, a keret kimerüléséig fog kitartani! Most még a rendszer árának a 10 %-ával feltelepíthető napelem rendszerét!



Áldott, békés karácsonyi ünnepet kívánunk jó egészségben minden kedves ügyfelünknek és leendő megrendelőnknek!

Solar-Rendszerépítő Kft.



www.napelemveszprem.hu

+36(30)298-5585

+36(70)638-2339

info@solar-re.hu

8200 Veszprém,
Budapest út 75.



LEGYÉL TE IS RENDŐR

JELENTKEZZ TE IS
2 ÉVES TECHNIKUMI RENDŐRKÉPZÉSÜNKRE:

A képzés **SIKERES** elvégzését követően önálló intézkedésre jogosult, szakmailag felkészített **RENDŐR** leszel.

ÖSZTÖNDÍJ:
br. 85.350 - 172.300 Ft

PÁLYAKEZDÉSI JUTTATÁS:
br. 128.800 - 289.800 Ft
(csak első szakma megszerzése esetén, valamint tanulmányi eredmény függvényében.)

További információk itt:

A 2021. szeptemberében induló képzésre a közzététel napjától **2021. január 15-ig** lehet jelentkezni.

MISKOLCI RENDVÉDELMI TECHNIKUM

KÖRMENDI RENDVÉDELMI TECHNIKUM

TÁJÉKOZTATÓ
A 2021. ÉVBEN INDULÓ 2 ÉVES
TECHNIKUMI RENDŐRSZAKKÉPZÉS RŐL

JELENTKEZÉSI FELTÉTELEK:

- magyar állampolgárság
- jelentkezési életkor: 18-25 életév
- cselekvőképesség
- állandó bejelentett belföldi lakóhely
- büntetlen előélet és kifogástalan életvitel
- érettségi
- egészségi, fizikai, pszichikai alkalmasság

AMIT A KÉPZÉS ALATT INGYEN BIZTOSÍTUNK:

- „B” kategóriás vezetői engedély
- napi háromszori étkezés
- táblagép vagy laptop
- útiköltség támogatás
- kollégiumi elhelyezés
- egyenruha

AMIT A KÉPZÉS ALATT GARANTÁLUNK:

ÖSZTÖNDÍJ:
bruttó 85.350 - 172.300 Ft

PÁLYAKEZDÉSI JUTTATÁS:
*bruttó 128.800 - 289.800 Ft
(csak első szakma megszerzése esetén, valamint tanulmányi eredmény függvényében.)

A képzés **SIKERES** elvégzését követően önálló intézkedésre jogosult, szakmailag felkészített **RENDŐR** leszel.

LEGYÉL TE IS RENDŐR

A 2021. SZEPTEMBERÉBEN INDULÓ KÉPZÉSRE A KÖZZÉTÉTEL NAPJÁTÓL **2021. JANUÁR 15-IG** LEHET JELENTKEZNI.

Jelentkezni az alábbi technikumokban lehet.

MISKOLCI RENDVÉDELMI TECHNIKUM
3526 Miskolc,
Szentpéteri kapu 78.

KÖRMENDI RENDVÉDELMI TECHNIKUM
9900 Körmen,
Alkotmány utca 5-7.