



A TARTALOMBÓL

Harminc év a csúcson

Interjú a füredi származású Pataki Andrással, a szegedi balett igazgatójával.

3. oldal

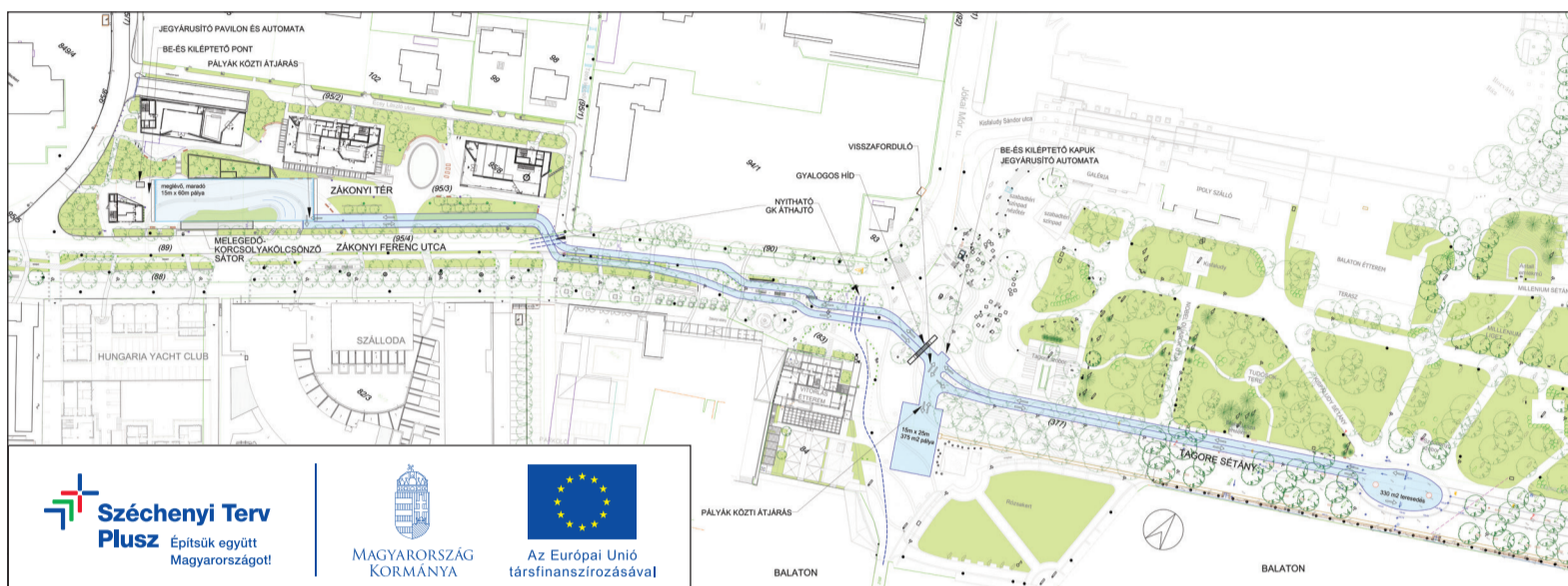
Füredi élsportolók

Molnár Attila és Csekő Miklós világválogatottakról készült.

11. oldal

Három jégpályát köt össze az új jégfolyosó

Egy kilométeren lehet majd korcsolyázni a Zákonyi utcán, a Vitorlás téren és a Tagore sétányon



A vízparti sétányhoz való közlekedést a jégfolyosó felett kialakított gyalogos hid biztosítja majd a Vitorlás-térnél, de kisebb kerülővel a park, a vízpart és az épületek is mind megközelíthetőek maradnak. A Vitorlás-téri buszmegálló ideiglenes megszűnik, a Halászkert étterem keleti oldalán lehet felszállni az autóbuszokra. A gépkocsi közlekedés annyiban változik, hogy a Jókai utcáról az Écsy László utcán jobbra kanyarodva lehet majd tovább haladni, a Zákonyi utca felől átmenetileg zsákutca lesz.

A 900 négyzetméteres, tíz centiméter vastag jégrétegű, kivilágított Zákonyi utcai jégpálya a tervek szerint december 1-jén nyílik meg, az üzemeltetők ígérik, ebben az évben is kitűnő minőségű jég fogadja a korcsolyázókat.

A különleges kialakítása, a térségben egyedülálló élményt nyújtó új jégpálya-rendszer várhatóan december közepétől január végéig élvezhető majd.

A jégpálya a Terület- és Településfejlesztési Operatív Program Plusz keretében valósul meg. Azonosítószáma: TOP_PLUSZ-1.1.3-21-VE1-2022-600023. MT

Megújul és jelentősen kibővül a városi jégpálya, közel három ezer négyzetméteres jégfelületen, összesen egy kilométer hosszan lehet majd korcsolyázni Balatonfüred legkedveltebb parti részén. Az évek óta közkedvelt Zákonyi utcai jégpályától egy jégfolyosón keresztül lehet eljutni egészen a Tagore sétányon álló Széchenyi szoborig, itt illetve a Vitorlás téren egy-egy újabb jégpályát is kialakítanak. Különleges élménynek ígérkezik korcsolyázva végignézni a Balaton-partot.

A látványos és egyedülálló mobil jégpálya-rendszer méreteit tekintve is impozáns lesz, egy kilométeren keresztül lehet majd nagyobb irányváltások nélkül

korcsolyázni, a jégfolyosó ráadásul külön pályán biztosítja az oda-vissza csúszkálást.

Három jégpályát köt össze a jégfolyosó, a Zákonyi utcai (900 m²)

a Vitorlás téri (375 m²) és a Tagore sétány (330 m²) pályái többféle jégsporra is alkalmasak lesznek. Egyebek mellett jégkori hálók, jégteke szett, korcsolyázást elősegítő állatfigurák használhatók majd, de lesz büfé, melegedő, kölcsönző sátor, és értékmegőrző szekrények is.

Két helyen, a Zákonyi utcai illetve a Vitorlás-téri jégpályán lehet belépőt váltani, a fapalánkokkal védett jégfolyosóról szintén két helyen lehet majd lecsatlakozni.

- A város évek óta sikerrel működteti a Zákonyi utcai jégpályát, amely egy közkedvelt közösségi térért vált. Szeretnénk tovább erősíteni ezt a funkciót, szeretnénk kedvében járni a füredieknek és persze a városba látogatóknak a térségben egyedülálló téli Balaton élményt nyújtva. Impozáns lesz, látványos és szerethető a jégpálya - nyilatkozta a helyi sajtónak Holczer András, alpolgármester.

Finisben az Ófalu megújítása

Decemberben befejeződik az építkezés a felsővárosban



Évek óta folyik Balatonfüred felső városrészében az építkezés. Az önkormányzat a Széchenyi 2020 program keretében, a Területfejlesztési Operatív Program támogatásával 1,655 milliárd forint vissza nem térítendő európai uniós támogatásból valósítja meg a „Balatonfüred Ófalu fejlesztése és új közösségi tér kialakítása” című projektet. A fejlesztés keretében egyrészt a település központjában egy kisvárosi településközpontot alakítanak ki, másrészt létrehoznak egy többféle igényt kielégítő új parkot. Az üzembehelyezés folyamatban van - mondta a sajtónak Gajdos Attila projektmenedzser.

A pályázatnak két célja van: egyrészt az „Ófalu” nevű területen egy kisvárosi településközpontot alakítanak ki, megerősítve a szolgáltató és kereskedelmi funkciókat. A települési központ

megújításának első ütemeként a Kossuth utca, Alsó köz, Somogyi utca, Segesdi utca tömböt újítja meg. Ez a rész már egy 1785-ös térképen is felismerhető mint a település magja. A történelmileg

kialakult településközpont az elmúlt évtizedekben néhány szolgáltatás, intézmény elköltöztetésével veszített jelentőségéből, fontos igény, hogy a tervezett kisvárosi központban élettel teljen meg a terület.

A fejlesztéssel érintett másik terület egy zöld közösségi tér kialakítása. A Szivárvány utca - Köztársaság út - kerékpárút - vasút közötti elhanyagolt bozótos területen egy többféle igényt kielégítő parkot hoznak létre.

Itt szinte minden korosztály megtalálja majd a neki való sportolási, játszási, és pihenési lehetőséget, ezért a projekt támogatása segítségével a parkot több, különböző funkciójú egységre bontják szét - tette hozzá Gajdos Attila.

BFN

SZÉCHENYI 2020



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

	híradó		adás	
szerda:	19.00	24.00	18.00	23.00
csütörtök-péntek:	6.00	12.00 19.00 24.00	18.00	23.00
szombat-vasárnap:	6.00	10.00 19.00 24.00	9.00	18.00 23.00

Nevet adtak az arácsi újborknak



Az „Arácsi varázslat” név kerül arra a 2023-as évjáratú borra, amelynek alapanyagát a településrészen lakók hozták össze a közös szüreten. A must Gaál Botond pincéjében kiforrt, az újbort először a Márton-napon kóstolták meg az arácsiak. Az Arácsért Alapítvány szervezésében, a Miniszterelnökség támogatásával egész napos programot szerveztek november 11-én, amelyen elnevezték a nedűt.

Év Balatoni Háza 2023. építészeti díjpályázat

A Nők a Balatonért Egyesület a Balatoni Szövetséggel együttműködve 2023-ban hatodik alkalommal indítja el az Év Balatoni Háza építészeti díjpályázatot. A pályázat támogatója az Építési és Közlekedési Minisztérium, a pályázati honlapot a Lechner Tudásközpont üzemelteti.

A Balatoni Kiemelt Üdülőkörzet területén épült, 2013. november 1. után használatba vett épületekkel lehet 2023. december 31-ig pályázni. Az Év Balatoni Háza 2023. díjra lakóházzal,

középülettel, gazdasági, ipari, vagy üdülő épülettel lehet pályázni.

A felhívás célja a minőségi építészet népszerűsítése, megismertetése a tágabb közönséggel, figyelemfelhívás a Balaton régióban megvalósult példaértékű épületekre. Nem csak új épületekkel lehet nevezni a pályázatra, hanem értéknövelő felújítások, épületbővítések terveit is várják a megmérettetésre.

A díjazásra kerülő épületek tervezői – összesen bruttó 2.000.000 Ft értékben - pénzdíjazásban részesülnek, de a Bírálóbizottság ebben az évben is adhat különdíjakat.

A Bírálóbizottságban a Magyar Építész Kamara, a Magyar Építőművészek Szövetsége, a három érintett vármegye építész kamarája, a NABE és a Balatoni Szövetség képviselője kap helyet. A bizottság elnöke Lánszki Regő az Építési és Közlekedési Minisztérium államtitkára.

A pályázatra elektronikusan lehet nevezni a megvalósult épületek terveivel, illetve az épületről és környezetéről készült fotókkal. A részletes pályázati kiírást és a nevezési lapot a www.azevbalatonihaza.hu honlapon lehet megtalálni.

Fabacsovicsné Kovács Krisztina

Három elektromos busz érkezik Balatonfüredre



Fotó: Volánbusz Zrt.

A budapesti agglomeráció és hat megyeszékhely után, hamarosan hat kisebb városban is a helyi közösségi közlekedés zöldítésére készül a Volánbusz 20 új elektromos autóbusz beszerzésének tervezésével. Az eddig sikeres Zöld Busz Program folytatása lesz ez, a környezet további védelme és a szolgáltatási színvonal fejlesztése érdekében. A fejlesztésnek köszönhetően a hat településen összesen évente több mint ezer tonnával csökkenhet a szén-dioxid-terhelés. Balatonfüredre három darab vadonatúj autóbusz kerülhet, ezek kizárólag a helyi forgalomban fognak részt venni, ezzel a teljes flotta megújul a városban.

A Széchenyi Egyetemi Csoporthoz tartozó HUMDA Magyar Mobilitás-fejlesztési Ügynökség Zrt. továbbra is kiemelten fontosnak tartja, hogy a kormányzat céljaival összhangban hazánk 2050-re karbonsemleges országgá váljon, ezért a közösségi közlekedés megújítását és a károsanyag-kibocsátás csökkentését célzó program folytatódik, a 25 ezer főnél kevesebb lélekszámú települések számára is megnyitva a lehetőséget a helyi flotta elektrifikálására.

A Volánbusz tervei szerint, amennyiben a fejlesztéshez szükséges források rendelkezésre állnak, úgy Balatonfüreden 3, Hajdúszoboszlón 1, Komáromban 2, Komlón 6, Tatán 5 és Várpalotán 3 darab elektromos meghajtású, kéttengelyes szóló, alacsonypadlós, helyi kivitelű, tehát kifejezetten a városi forgalomban résztvevő jármű állhat majd forgalomban.

Az autóbuszok üzemanyag-elátását az MVM Mobilitás Kft. és a Volánbusz közös vállalata, a Mobilitás Volánbusz Kft. által telepített töltőberendezések fogják biztosítani a települések műszaki telephelyein vagy állomásain.

Az autóbusz-beszerzésre vonatkozó feltételes közbeszerzés ajánlattételi felhívása 2023. október 25-én jelent meg.

A szerződéskötést – a beszerzéshez szükséges források rendelkezésre állását követően – 2024. januárjára tervezi a közlekedési vállalat, annak érdekében, hogy az autóbuszok már a jövő évben, a lehető leghamarabb az utasok szolgálatába állhassanak. A projekt megvalósulása esetén a Volánbusz 20 százalékkal bővítheti elektromos flottáját.

A HUMDA által koordinált Zöld Busz Program keretében a Volánbusz eddig összesen 100 elektromos autóbust állított forgalomba a főváros vonzáskörzetében, valamint Székesfehérvár, Zalaegerszeg, Győr, Eger, Szolnok és Szeged helyi közlekedésében.

A Volánbusz jelenlegi elektromos flottája – a dízelüzemű járművek kiváltásával – évente mintegy 5500 tonna szén-dioxid-tól mentesíti az érintett települések levegőjét, ami 2000 személygépkocsi éves kibocsátásának felel meg. Az újabb 20 e-busz további több mint 1000 tonna szén-dioxiddal alacsonyabb környezetterhelést jelent majd, és korszerűbb, kényelmesebb, csendesebb, valóban 21. századi színvonalú szolgáltatást biztosít a hat város lakosai, utasai számára.

Bán László
(Forrás: Volánbusz Zrt.)



„Az Év Balatoni Lakóháza” díjat a tavalyi pályázaton egy balatonhenyei családi ház kapta

Elismerések az idősek napján



Balatonfüred város díszoklevelét vehette át az idősek napi ünnepségen dr. Fülöp Lajosné (balról a második), valamint Végh Ferencné (jobbról a második). Mindketten az arácsi református temetőben gondozták a reformkori színeszőnők, és más nevezetességek sírjait. Ők szervezik az Arácsi Népház előtt álló, óriási kultéri fenyőfa díszítését, az adventi koszorút is ők készítik, és sokat tesznek azért, hogy rendben legyen a Cholnoky-park. Képünkön balról Perger Zoltánné a szociális központ vezetője, középen Hári Lenke alpolgármester, jobbról Daubner Anita, az Arácsi NABE tagja, aki felterjesztette a díjazottakat.

HIRDESSEN NÁLUNK A FACEBOOK-ON!

Füred Tv
Facebook oldal:
9.800 követő

Balatonfüred első kézből
Facebook csoport:
13.000 tag

balatonfured.hu Facebook oldal:
37.000 követő

SZÁMOLJON A MEGYE EGYIK LEGNAGYOBB ELÉRÉSÉVEL!
furedtv@furedtv.hu



BALATONFÜREDI
NAPLÓ
Balatonfűredi Város
Önkormányzatának
havi lapja

Kiadja a Füred Stúdió Kft.
8230 Balatonfüred, Kossuth utca 3.
Szerkeszti a szerkesztőbizottság
Felelős kiadó: Csorba Kata ügyvezető-főszerkesztő
Telefon: +36 (30) 216-1768

Feljéc: Pálffy Károly. Tördelés: Sági Tibor. Fotók: Füred Televízió. Nyomda: Prospektus Nyomda, Veszprém.
Hirdetésfelvétel: +36 (30) 216-1768. A szerkesztőség jogának tekintve az olvasói levelek megrövidítését.
Az olvasói leveleket az alábbi címre kérjük beküldeni: Balatonfűredi Napló szerkesztősége,
Füred Stúdió Kft. 8230 Balatonfüred, Kossuth utca 3. E-mail: furedtv@furedtv.hu
Lapunk a www.furedtv.hu honlapon is olvasható.

Harminc év a csúcson

Rajtuk kívül nincs még egy táncársulat Magyarországon, amit harminc éven át ugyanaz az igazgató vezetett, és még nem készül felállni a székéből. Állandó hazai színpadi jelenlétük mellett ezidáig a világ harminc országában több mint kétszáz előadást játszottak. Folyamatosan hívnak külföldi koreográfusokat, és a mai napig ragaszkodnak ahhoz, hogy csak ősbemutatókkal álljanak a közönségük elé. Idén ünnepli fennállásának harmincadik évfordulóját a füredi Pataki András igazgatása alatt működő Szegedi Kortárs Balett, az ő előadásukkal nyitotta meg kapuit a vadonatúj Balatonfüred Kongresszusi Központ.

A Szegedi Kortárs Balett október 19-i Carmina Buranaja volt az első előadása az újonnan épült Balatonfüred Kongresszusi Központnak. A jegyek pillanatok alatt elfogytak, teljes teltház várta a világ számos országában nagy sikerrel játszott darabot. Nem volt kérdés a folytatás, a november 25-i Diótörőre két előadást is meg kellett hirdetni, olyan nagy az érdeklődés.

Pataki András a Novák Ferenc Tata által irányított Honvéd Táncegyüttesből rövid időre került a Markó Iván-féle Győri Balettbe, onnét 1988 tavaszán szerződött a frissen alakult Szegedi Balettbe. Akkoriban a magyar táncéletet vajmi kevés nyugat-európai hatás érte. A Szegedi Balett első premierjét művészeti vezetőként az az Imre Zoltán állította színpadra, aki egy nyitott, szabad szellemű, remekül képzett, sokoldalú művész volt. Előtte húsz évig külföldön élt, és a legnevesebb európai társulatokkal dolgozott együtt. A bemutatóra hazahívott több külföldön dolgozó magyar koreográfust, illetve később külföldi koreográfusokat is Szegedre hozott. A darabjaikat friss európai levegő lengte körül.

A szegediek első kézből kapták meg azokat a gondolati és tánctechnikai stílusokat, amik addig itthon ismeretlenek voltak – nem is létezett ilyen irányú képzés –, Nyugat-Európában viszont már klasszikusnak számítottak. Míg a klasszikus balett, az apollói technika a tengelyre, az ugrásra épít, elrugaszkodva a földtől és legyőzve a gravitációt, addig például a Graham épp a földel való kapcsolatot, a súlylával való játékot hangsúlyozza. A szegediek úgy kaphatták meg mindezt az ismeretanyagot, hogy

nem kellett érte nyugatra utazni, hanem Szegedre jöttek a külföldi koreográfusok tanítani mindazt, ami később az anyanyelvükké vált.

A lehetőség

Ebben a közegben kezdett önállósulni Pataki András Juronics Tamással, aki hat évvel fiatalabb nála, szintén a balettintézet néptánc szakán végzett, és a diploma után egyenesen Szegedre érkezett. A nagyszínházi feladataik mellett megalapították a Stúdió Balettet. Juronicsnak koreográfusi ambíciói voltak, Pataki pedig a fellépések szervezésében volt jó. 1992-ben volt egy igazgatóváltás a szegedi nemzetiben, Ruszt József nem sokkal korábban vitte el a prózai társulatát, megalakítva a Független Színpadot, és Imre Zoltán is felállt. A balett-társulat magára maradt, elkezdtek hát szervezni az életüket, mígnem 1993-ban az új igazgató Juronicsot nevezte ki a balett művészeti vezetőjévé, Pataki pedig igazgató lett, és ekkor vették fel a Szegedi Kortárs Balett nevet.

Három évig, 1996-ig Pataki is színpadon volt, akkor jött egy térsérülés, a balett igazgatójaként és a Szegedi Nemzeti Színház igazgató-helyetteseként az adminisztráció is megsokasodott, nem mellesleg pedig megszületett a kislánya, Zorka. Harmincnégy évesen, a csúcson hagyta abba az aktív pályáját, és maximálisan az irányításra koncentrált. Imre Zoltán emlékét azóta is őrzi, például róla neveztek el az NKA kollégiumát, ami Pataki vezetésével a pályakezdő, fiatal magyar koreográfusok munkáját hivatott segíteni.

Ennek szellemében idén öt kortárs zeneszerzőt kértek fel, hogy öt Petőfi költeményre írjanak zenét, amit aztán öt kortárs koreográfus vihetett színpadra a szegedi társulat tagjaival, a november 10-i bemutató izgalmas élmény volt a közönség számára.

Európai levegő

A külföldről érkező vendégkoreográfusok a kezdetektől fogva kapcsolati hálót jelentettek Patakiék számára. Az utca kétirányú volt: nem félték a társulatot friss szemléletű koreográfusokra bízni, egymás után születtek az új előadások, az együttes pedig bejárta a világot. Amihez mindig is ragaszkodtak, az a minőség és az eredetiség. A mai napig kizárólag ősbemutatókat állítanak színpadra, Juronics Tamás és a vendégkoreográfusok is a társulat adottságaira és tagjaira szabott darabokat készítenek. Nyitott ablakként a külföldi alkotók segítségével a szegedi társulat mutatta be azokat a tánc történeti és stílusbeli folyamatokat, amik például Pina Bausch vagy Martha Graham jóvoltából a vasfüggönyön túl zajlottak, akkor, amikor Magyarországon még csak az orosz balett hatása volt kézzel fogható.

A vállalkozás nem volt kockázatmentes, hisz kezdő koreográfusoktól nem lehet azonnal mesterdarabokat várni. Szegeden bevállalták ezt, csak hogy fel tudjanak mutatni egy új generációt, akik továbbviszik a stafétát. Pataki szerint nekik is kötelességük esélyt adni a fiataloknak, ahogy annak idején ők is megkapták azt. A külföldi turnék is a nyitottságuknak és a kitartásuknak



köszönhető: harminc országban kétszáznál is többször álltak színpadra, Ausztrália és Dél-Amerika kivételével a többi kontinentst már meghódították. Legutóbb New York és Spanyolország után Helsinkiben jártak, most pedig hat előadással Belgium van soron.

Füredi jelenlét

Pataki András eltéphetetlen szálakkal kötődik Füredhez: a nagyapja, Pataki Károly füredi épület- és bútorasztalos volt, az ő egykori műhelyéből kialakított lakóház felső szintjét András, a bátyja pedig az udvarban lévő nagyszülői házat lakja. Az édesapjuk, Pataki Attila sokáig a balatonfüredi hajógyár műszaki ellenőrzési osztályát vezette, édesanyjuk, Deák Erzsébet pedig a város megbecsült, emlékdipomás óvónője. A szegedi balett korábban is többször hozott előadást igazgatójának szülővárosába, a Balatonfüred Kongresszusi Központ felépültével pedig egy újabb lehetőség nyílt meg előttük. A Nemzeti Táncszínház figyelmét is felhívták az épületre, az igazgató, Ertl Péter is komoly potenciát lát benne.

Elindult egy szakmai egyeztetés, hogy a magyar táncművészet legjelentősebb fórumának a portfóliójába is bekerüljön Füred. Támogatólag és partnerként tekint a városra és a füredi kongresszusi központra a Nemzeti Táncszínház, ami befogadó színházként feloleli a mai magyar táncművészet teljes spektrumát, a néptáncotól a kortárs táncon át a klasszikus balettig, és az is feladata, hogy a különböző társulatokat országos szinten is megjelenítse. A komoly költségvetéssel rendelkező szakmai bázis közvetítésével a legjobb táncprodukciók érkehetnek Füredre.

A kongresszusi központ első előadása nagy siker volt, a Carmina Buranával jól vizsgázott a ház. Úgy alakult, hogy Pataki András is színpadra lépett, az előadás után sokan szólították meg. A társulat szakmai tapasztalatait rendelkezésre bocsátják, az esetleges hiányosságok szerintük odafigyeléssel és kevés anyagi ráfordítással orvosolhatóak. Szerencsés véletlen, hogy a kongresszusi központot vezető Kaizer-Garai Sarolta és a szegedi balett között már régóta van szakmai kapcsolat, a társulatnak pedig bőséges összehasonlíthatási alapja van, hazai és nemzetközi viszonylatban egyaránt.

Juronics Tamás és Pataki András harminc éve komoly tényezőként van jelen egy dinamikusan változó művészeti szakmában. Nekik maguknak is folyamatosan meg kell újulniuk, a fiatal táncos generációk számára pedig vonzónak kell maradniuk, hogy Szegeden akarjanak táncolni. Pataki András kiterjedt és aktív kapcsolati hálózatot tart fenn a szakma külföldi képviselőivel. A táncszakma két legjelentősebb fórumára, a düsseldorfi és a Tel-Aviv-i táncvásárra rendszeresen elutazik, hogy képviselje a társulatot és új kapcsolatokat építsen ki. Ezeket a csatornákon keresztül érkeznek Szegedre a tehetséges, fiatal koreográfusok, és így jut el a dél-alföldi társulat a világ számos pontjára.

A nemzetközi könyvvásárokhöz hasonlóan népes táncvásárokra találkozik a szakma krémje. Tradicionálisan a düsseldorfi helyszín a legjelentősebb, standokkal, ügynökségekkel, társulatokkal, szakmai programokkal és persze előadásokkal. Tel-Avivban az izraeli társulatok mutatkoznak be, de a szakmai kapcsolódási lehetőség miatt ugyanúgy ott van mindenki, aki számít. Oriási előnye a táncszínháznak, hogy nem nyelv-függő, így a füredi nemzetközi konferenciák kulturális háttérékint is szolgálhatnak táncprodukciók.

Mórocz Anikó



Carmina Burana

Nyolcan kaptak pedagógus emlékdiplomát

A hagyományoknak megfelelően az év vége közeledtével átadták a pedagógus emlékdiplomákat Balatonfüreden, amelyeket azok az egyetemek állítottak ki, ahol az adott tanító, vagy tanár végzettséget szerzett.

Az idei ünnepségre nyolcan voltak hivatalosak, őket a város polgármestere, dr. Bóka István köszöntötte. A városvezető úgy fogalmazott:

„Ha az oktatásnak nincs jelene és jövője, akkor Magyarországnak sincs jövője. Nincs könnyű helyzetben a hazai oktatás, ezért a mai tanároknak is nehéz dolguk van, de arra kérek minden pedagógust, hogy vegyenek példát a mai napon megünnepelt tanítókról, tanároktól, óvónőktől, hiszen ők példát mutattak kitartásból és szeretetből,“ - mondta a polgármester.

A november elején megtartott ünnepségen Láng Gáspár gyémánt és vas oklevelet vehetett át. Láng Gáspár 1937-ben a Tolna megyei Györe községben született. Tanított Mázán, Bonyhádon, ahol igazgató is lett. 1984-ben megpályázta a Balatonfüredi III.sz. Általános Iskola igazgatói állását, melyet sikeresen el is nyert. Az iskola nevelőtestületének a támogatásával, a város vezetésének jóváhagyásával egészen 1999-ig nyugdíjazásáig, irányította az Eötvös Loránd Általános Iskola pedagógiai munkáját.

Kováts Lászlóné Hári Zsuzsanna arany emlékdiplomát kapott. Pályáját a Veszprém megyei Vanyolán kezdte, majd Külsővaton volt napközis nevelő. 1971 óta él és dolgozik Balatonfüreden. 1985-ig a Bem József Általános Iskola, majd 1985-től 1991-ig az akkori III. sz. Általános Iskola tanítójaként nevelte a város kisdíkjait. Néhány éves külföldi tartózkodás után 1998-tól nyugdíjba vonulásáig ismét a város pedagógusaként végezte munkáját

az Eötvös Loránd Általános Iskolában. Szintén arany oklevelet vehetett át Horváth Zoltánné Vidám Katalin, aki a Győri Zeneművészeti Főiskolán 1973-ban szerzett diplomát fuvola, szolfézs és általános iskolai énektanár szakon. Zenetanári munkáját férjével, Horváth Zoltánnal 1973-ban Ajkai Zeneiskolában kezdték, 1986-ban költöztek Balatonfüredre, ahol nyugdíjba vonulásukig tanítottak. Munkája nem merült ki a növendékek oktatásával, ő maga is aktív zenészként hosszú évekig volt a Veszprémi Szimfonikus Zenekar tagja. A Zeneiskola tanári koncertjein szóló- és kamara darabokkal lépett fel, ezzel is motiválva tanítványait.

Gránit oklevelet kapott Felföldi Dezső, aki tanulmányait Gérce községben kezdte, majd a sárvári polgári iskolában folytatta. 1967-től a balatonfüredi I. számú Általános Iskola, mai nevén Radnóti iskola jelentette új otthonát. Ott huszonegy évig, 1987-es nyugdíjállományba helyezéséig tanított.

Rubin diplomát vehetett át Farkas Károlyné, aki a polgári iskoláit Balmazújvárosban, a tanítóképzőt pedig Debrecenben végezte jeles eredménnyel.

1959-től 1993-ig, nyugdíjazásáig tanított Balatonfüreden. Munkáját a hosszú évek folyamán nagy lelkesedéssel és hozzáértéssel végezte. A testnevelés területén az egészséges életmód megvalósításáért, a tömegsport elterjesztéséért tett sokat. Eredményei a versenysportban is lemérhetőek. Atlétacsapata az Úttörő Olimpián az országos döntőben 4. helyezést ért el 1980-ban. Megyei versenyeken tanulói atlétikából, kézilabdából első helyezéseket szereztek.



Arany, gyémánt, vas, rubin és gránit okleveleket vehettek át a pedagógusok. Képünkön balról jobbra: Kováts Lászlóné Hári Zsuzsanna, Farkas Károlyné, Horváth Zoltánné Vidám Katalin, Felföldi Dezső, Köntösné Farkas Ágnes Éva, Láng Gáspár, Benke Györgyné Amler Brigitta, dr. Peuserné Kis-Szölgvény Gabriella

Arany pedagógus emlékdiplomát nyújtottak át dr. Peuser Péterné Kis-Szölgvény Gabriellának, aki 1973-ban diplomázott a Pécsi Tanárképző Főiskolán, történelem-énektanár szakon. 1974-ben pályázott a balatonfüredi Radnóti Miklós Általános Iskolába, ahol nyugdíjazásáig, 2011-ig dolgozott. Nagy lelkesedéssel fogott hozzá a kórus szervezéséhez. Évente eredményesen szerepeltek az Éneklő Ifjúság megmérettetésén, rádiófelvételen, kórustalálkozásokon. Több éven át tanított a Széchenyi Ferenc Kertészeti Szakközépiskolában óraadóként ének-zenét. 1984-től a füredi és almádi járás 18 iskolájának területi ének-zene munkaközösség vezetője volt. A tanári karból és szülőkből 1994-ben szerveződött a Schola Kamarakórus, amelyet koordinált és ami 2022-ig működött.

Vas oklevéllel térhetett haza az ünnepségről Benke Györgyné Amler Brigitta, aki 1939-ben született Budapesten majd Vértesacsán telepedett le. Első munkahelye korábbi iskolája volt Vértesacsán, ahol tanítóként dolgozott. 1981-ben költözött Balatonfüredre, a Radnótiban kezdett el dolgozni tanítóként. Amikor 1985-ben megépült és megkezdte működését a III. számú Általános Iskola, amely később felvette Eötvös Loránd nevét, negyedik osztályával együtt ment át oda és onnan is ment nyugdíjba 1991-ben. A nyugdíjas évek azonban nem jelentették még a munka végét. A kultúra, a színházszívügye volt. Tagja lett a Balatonfüredi Nyugdíjas Pedagógusok Egyesületének, alapító tagja volt a 2002-ben megalapított Füredi Játékszín Alapítványnak, amelynek keretében aktívan idézte meg Balatonfüred színházi múltját.

Gyémánt oklevelet kapott Köntösné Farkas Ágnes Éva, aki 1943-ban született Herenden. A középiskolai évek után a figyelme az óvodapedagógusi pályára felé irányult, így 1963-ban a Soproni Felsőfokú Óvónőképző Intézetben szerezte meg óvodapedagógusi képesítését. 1964-ben helyezkedett el a balatonfüredi II. sz. Napközi Otthonos Óvodában (jelenlegi Óvárosi Óvoda). 1974-ben bízták meg az akkor létrehozott V. sz. Napközi Otthonos Óvoda (későbbi Mogyoró Tagóvoda, most Református Óvoda) vezetésével. 1985-től az 1999-ig történő nyugdíjba vonulásáig gyermekcsoportban dolgozó óvónői feladatai mellett látta el a vezető-helyettesi feladatokat is. Az emlékdiploma átadó ünnepségen az Óvárosi Óvoda óvodásai és a Ferencsik János Zeneiskola növendékei adtak műsort. **Bán László**

Dr. Kiszely Pált köszöntötték 80. születésnapján



Dr. Kiszely Pált, a város díszpolgárát tanáremberként, de politikusként is jól ismerik Balatonfüreden. Tősgyökeres balatonfüredi lakosként, az óvodától egészen az 1963-as érettségiig helyben végezte iskoláit. Egyetemi tanulmányait az Eötvös Loránd Tudományegyetem Természettudományi Karának biológia-kémia szakán végezte. Huszonkét évig tanított a Lóczy gimnáziumban, 1992-től öt éven át a Széchenyi Ferenc Kertészeti Szakközépiskola és Szakképző Intézet igazgatója volt. A város egykori alpolgármesterét képviselőtársai köszöntötték kerek, 80. születésnapja alkalmából.

RENDRHAGYÓ ADVENTI KONCERT VOL.3

A LÓCZY-BARLANG
LÁTOGATÓKÖZPONTBAN

Balatonfüred, Öreghegyi út 51. +36303300118
loczybarlanglatogatokozpont@gmail.com



2023. DECEMBER 16.
SZOMBAT 12 ÓRA

-10 és 11 órai
barlang sétára érkezők,
az ingyenes koncert után
tombolán vesznek részt

-kiváló közösségi tér
és gyönyörű természeti kincs

-Kézműves Adventi Vásár
(bejgli, mézeskalács, lekvár, szörp)

-a büfében forró csokoládé
és puncs kapható

bfnp.hu

„Ahol tudunk, segítünk”

Karácsony Tamás kapta a szociális tevékenységért kitüntetést

Karácsony Tamás közismert vállalkozó vehette át idén a Balatonfüred szociális tevékenységért járó kitüntetést. A Szociális Munka Napja alkalmából ünnepségen köszöntötték a város szociális ellátórendszerében dolgozókat.

A nehéz élethelyzetben lévő problémáit sokféleképpen. Ezekre a problémákra megoldásokat kell adni, jó megoldást pedig csak úgy lehet nyújtani, ha az érintett emberekkel foglalkozunk és nem a problémákkal – írta Bóka István köszöntő beszédében, amelyet a polgármester távollétében Hári Lenke alpolgármester olvasott fel a Balaton Étteremben tartott ünnepségen.

A rendezvényen a képviselő-testület döntése értelmében, átadták a Balatonfüred szociális tevékenységéért járó kitüntetést Karácsony Tamásnak.

Karácsony Tamás már évtizedek óta vezetett turisztikai vállalkozásokat a városban. 2014-ben alapította meg a Karácsony Gaszt. Kft-t, amely ma is négy balatonfüredi vendéglátóhelyet üzemeltet: a Mamma Mia gyorséttermet, a Dock Bisztrót, a Waikiki bisztrót, valamint a Dzsembori kávézót. Karácsony Tamás eddigi életútját végig kísérte az adományozás, a rászorulóknak nyújtott önzetlen és nagylelkű segítség.

Rendszeresen egyeztet a Balatonfüredi Szociális Alapszolgáltatási Központ munkatársaival, valamint a balatonfüredi Szociális Szolgáltatásokért Alapítvány kuratóriumával. Ennek eredményeként a Mamma Mia étteremből naponta több hajléktalan, illetve egyedülálló idős, nélkülöző ember jut ingyenesen meleg ételhez. A Balatonfüredi Szociális Alapszolgáltatási Központ gondozottjai számára karácsonykor ételutalványokat ajánlott fel. A Tündérváros Óvodába járó gyermekek nélkülöző családjainak ruha, játék, mozgásfejlesztő eszközök vásárlására szintén vásárlási utalványt biztosított.

A Lions Club által javasolt rászoruló családok számára karácsonykor 70-80 főre ünnepi vacsorát készített, melyet feleségével, Krisztinával személyesen szállítottak hához. A Bablana családdal közösen megszervezték a Mikulás vonata eseményt és rendszeresen támogatja a Lakótelepi Ünnep rendezvényeit is – áll a laudációban.



A díjazottak: Bocskayné Kurucz Mónika, Karácsony Tamás és felesége Krisztina és Vincze Imre.

– Adni nagyobb öröm, mint kapni. Gyerekkoromból hozom ezt a szemléletet, a szüleimtől azt tanultam, hogy segítsünk, ha tudunk. Igyekeztem mindezt átadni a családomnak is. Együtt élünk a várossal, tudjuk mikor és hol kell segíteni – fogalmazott Karácsony Tamás.

A Szociális Munka Napja alkalmából szervezett ünnepségen elismerő oklevelet vehetett át Bocskayné Kurucz Mónika, a Család- és Gyermekjóléti

Szolgálat asszisztense, illetve Vincze Imre, a sérült személyek nappali ellátásának gondozója. Mindketten harminc éve dolgoznak a szociális munka területén.

Balatonfüreden 450-470 lakos van a Szociális Alapszolgáltatási Központ látóterében, ők azok, akik rendszeres segítségnyújtásra szorulnak. Az ellátórendszer hatékonyságát nagymértékben növeli, hogy a városban működő jelzőrendszeren keresztül a rászorulóknak maguk kérhetik a

segítséget. Az idősök jellemzően a mindennapi tevékenységekben kéri a támogatást, míg a középkorúak a gyermekeik nevelési problémái miatt fordulnak az ellátórendszerhez. Gyakori, hogy átmenetelig krízis helyzetbe kerülnek az elváltak illetve továbbra is szükség van a megélhetési gondokkal küszködők támogatására – tudtuk meg Perger Zoltántól, a Balatonfüredi Szociális Alapszolgáltatási Központ intézményvezetőjétől. **Martinovics**

HELYTÖRTÉNETI KERESZTREJT VÉNY

Horváth Ernő (1940. április 11. - 2002. november 17.) a balatonfüredi Bem József Általános Iskola legendás énektanára, majd igazgatója karnagyként negyven éven keresztül vezette az iskola gyermekkórusait. A magas szintű munka eredményeként pályáját rádió- és televíziófelvételek, CD-lemez kiadás és külföldi fesztiválszereplések színesítették. A legrangosabb fellépés 2000-ben Rómában volt, ahol egy 1585-ben alapított intézmény dísztermében adta elő a Bem iskola kórusa Karai József: Estéli nótázás című művét. A megfejtes a római helyszín neve.

TÓSZÉLI NÖVÉNNYEL BEFED		ILLEMTAN FRANCIA FILOZÓFUS (HIPPOLYTE, 1828-1893)		ARUSÍTÓ-HELY PLATINA CSENGŐ KÖZEPE!		SZEMÉLYES NÉVMÁS SÉTÁBOT		MEGKÓSTOL VERSEL		INDONÉZ GÉPKOCSIK JELZÉSE SZIKLADARAB	
TILTÁS											
SZÉKHELYET VÁLT											
... ROSS; AMERIKAI ÉNEKESNŐ						TALPON VAN ELBIZONYTALANÍT				HARMADIK SZEMÉLY VITÁN FELÜL ÁLLÓ	
AMELYIK SZEMÉLY MEGFEJTÉS ELSŐ RÉSE				RÓMAI SZÁM, 950 KUGLI-GÖLYŐ				A KÖZELEBBI AROMÁT		OLYAN SOK	
ÉPÜLETBE BALLAG KISEBB CSÉSZE		BIRKÁKAT AKOLBA HAJT		BAJOR MŰVÉSZCSALÁD		KÁD SZÉLE!		KÉN VEGYJELE FÖLDRE SZORÍT		IDEGEN TEA TÉNYEK	
KIEJTETT BETŰ								GYOMNÖVÉNY DÉL-AMERIKAI ÁLLAT		PÁRATLAN HUN! SKANDINÁV MITOLÓGIA ISTENE	
						KIRÁLYI, RÖVIDEN GÁBOR ...; SZÍNHÉSZNŐ (1917-2016)		FOSZTÓ-KÉPZŐ CITÁL			
						MUZIKÁLIS KIKÖNYÖRÖG				... GRÓFJA; ROSSINI OPERÁJA MAGYAR ZENEKAR	
KELLEMEK (ALVÁS) GÖRÖG ABÉCÉ BETŰJE		ATOM-VÁROS NÉMET VÁM!				INDÍTÉK KIJUT A LABIRINTUSBÓL				JÓD VEGYJELE HÍRKÖZLÉS	
MEGFEJTÉS MÁSODIK RÉSE										NŐI BECENÉV	
PÁROSAN NYERI!		VESZPRÉMI TELEPÜLÉS TŰZEL				RÉSE, PORCIKÁJA ROMÁN AUTÓJEL				AZONBAN RECIPE, RÖVIDEN	
SZÜKSÉGES				SZELLEMI IGÉJE ELEKTRON				GRAMM, RÉGI SZÓVAL IDŐ JELE			
NEM MÖGÜLE				RITKA, OLASZUL				... HAPS; RAJZFILM FIGURA			



BALATON SZABADIDŐ ÉS KONFERENCIA KÖZPONT
B.FÜRED, HORVÁTH M. U. 64.

DECEMBER HAVI PROGRAMOK:

- 17.00 Lóczy Szalagavató
- 18.00 BKSE – Telekom Veszprém NB I –es bajnoki kézilabda mérkőzés
- 08.00 Acro Dance karácsony
- 15.00 TLC karácsony
- 17.00 Szent Benedek RA DVTK Extra Liga röplabda mérkőzés
- 18.00 Ketten az úton Dumasínház (Aranyosi, Dombóvári)
- 15.00 Óévbúcsúztató Önkormányzati focitorna
- 17.00 Szent Benedek RA Fatum Nyíregyháza röplabda mérkőzés
- 19.00 Ereszd el Előszilveszteri buli (Horváth Tamás, Kollányi Zsuzsi, Lofti Begi)

Orsi, a Péklány és Brigi a dietetikus „egy malomban örölnek”

Diéták jönnek-mennek. Időről-időre célkeresztbe kerül egy-egy ételmisszer, amit érdemes mellőzni, aztán kiderül, hogy mégsem. Napjainkban a glutén, és a kenyér gyakran tiltólistájára kerül. Pedig jó minőségű, igazi kovászos kenyérnek a legtöbb család étrendjében igenis megvan a helye! Ebben egyetért a füredi egészségügyi intézményekben dolgozó dietetikus, Szálka Brigitta és a helyi, Szent István téri Péklány Kézműves Pékséget vezető Zeliska Orsolya. Olyannyira nagy az egyetértés, hogy ez a téma arra inspirálta a két hölgyet, hogy egy folyamatos együttműködés keretében felvilágosító programot indítsanak a lakosság számára, melyben tisztázni tudják a kenyérről kapcsolatos félreértéseket, közös ajánlásokat tesznek, és közösen fejlesztenek termékeket.

Mit értünk igazi kovászos kenyéren?

Péklány: Igazi kovászos kenyéren mi azt értjük, amikor egy kenyér mindössze vízből, lisztből és sóból áll. Nem tartalmaz hozzáadott élesztőt, semmilyen adalékot, gyorsítót, és minimum 32 óra alatt készül el. A bolti élesztős és „kamu” kovászos kenyerekkel szemben (melyek csak hozzáadott kovászpótló szereket tartalmaznak gyakran azért, hogy az elnevezést használni tudják, hiszen divatos) a mi kenyereink mindössze ezt a három összetevőt tartalmazzák. Először készítünk egy hosszú érésű, 12-16 órás kovászt, mely vízből és lisztből áll. Ezt egy immáron 8 éves anyakovással oltjuk be. A kovászt hozzádagasztjuk ismét vízhez és liszthez, majd a tésztát különböző hőfokokon, összesen 15-18 órát érleljük, vagyis fermentáljuk. Az érlelés után következik a kelesztés, majd a sütés. Egy kenyér tehát átlagosan 32 óra alatt készül el, de van olyan termékünk is, aminél ez az idő 52 óra. Termékeinkhez kizárólag kiváló hazai és osztrák malmok lisztjeit használjuk.

Miért jó az hosszú készítési idő?

Péklány: Az érési idő alatt különböző enzimes folyamatok indulnak el. A kovász, mely egy savas kémhatású keverék, elkezd bontani a cukrokat, majd a fehérjéket, miközben tejsav és ecetsav keletkezik. Ez a savas kovász természetes módon gátolja a kenyér penészedését és kiszáradását, kellemes savanykás ízt ad, és nem engedi, hogy morzsálékos legyen a tészta. Ez a magyarázat arra, hogy a mi kenyereink 5-6 nap után is magas élvezeti értékkel fogyaszthatóak.

Szálka Brigitta: a kovászos kenyér számtalan kedvező élet-tani hatása, annak sajátos összetételével magyarázható. Az Orsi által említett szerves savak, a magasabb rezisztens keményítő tartalom lassítja a gyomorürülést, csökkenti az inzulin-választ ezáltal elnyújtottabb vércukor-emelkedést eredményez, mely cukorbetegeknek, inzulinrezisztenseknek kifejezetten előnyös. Az egyenletes vércukorszint egyben tartós jóllakottság-érzetet is jelent, ami jó hír a fogyni vágyóknak, hiszen betarthatóbb lesz az étrendjük.

Akkor miért ellenség a kenyér és a glutén?

Péklány: Napjainkban szinte mindenhol lehet kenyeret kapni. Az elérhetőség és a kényelem a minőség rovására ment. A nagy mennyiségű, nem manufaktúrális kenyér termelés gyors, 3-4 órás technológiát feltételez. A kenyerekbe szinte mindenhol kerülnek liszt- és állomány javítók, térfogat növelők, szója származékok, és technológia gyorsítók. Ezek az emésztőcsatornába jutva komoly gondokat okoznak, ráadásul ennyi idő alatt semmilyen fermentációs folyamat nem megy végbe. A hosszú nyitvatartási idővel rendelkező áruházakban folyamatosan sül a fagyasztott kenyér. Ahhoz, hogy ezeket bárki (pénztáros, pultos) fel tudja sütni, szintén adalékok és gyorsítók kellene, nem beszélve arról, hogy ezek a termékek gyakran nincsenek is megkelesztve és átsütve rendesen. A nyersen elfogyasztott pékárú szintén problémákat okoz. És végül, külön kategóriába sorolandók az albán pékségek, ahol az általuk gyártott termékek után azonnal jelentkeznek az emésztőrendszeri problémák. Összességében elmondható, hogy szinte alig lehet normális, igazi kovászos kenyeret kapni. Az emberek így silány minőségű pékárut fogyasztanak, ezért lett ellenség a kenyér, és ha átmenetileg nem fogyasztják, javul az állapotuk. De ez nem a kenyérről és a gluténnal függ össze, hanem valójában arról van szó, hogy elhagyják az adalékot és a fermentálatlan (nem megdolgolt) glutént. A Vásárlóink évek óta arról számolnak be, hogy csak a mi kenyereinket tudják megenni, mert nem puffadnak tőle, nem fáj a gyomruk és hamar jóllaknak tőle. Van persze, aki azért veszi, mert sokkal finomabb mint a többi, vagy a gyerekkorából ismerős kenyér ízére emlékezteti, de valójában mindez a kovásznak köszönhető.

Szálka Brigitta: Abszolút egyetérték Orsival, mindig legyen gyanús, ha túl hosszú egy kenyér vagy pékárú összetevőinek listája, netán számunkra ismeretlen eredetű hozzávalót tartalmaz! Józan ésszel is belátható, hogy semmi szükség arra, hogy a mindennapi kenyereink a liszten, vízen és a són kívül más ismeretlen komponest rejtsen magában. Mivel gasztroenterológiai betegségekkel küzdő Páciensekkel is foglalkozom, napi szinten merül



Zeliska Orsolya (Péklány) és Szálka Brigitta dietetikus

fel a kérdés a Betegek oldaláról, hogy le kell-e mondaniuk a kenyérről? Valljuk be, rövid távon még csak-csak megy, de élet-hosszig nehéz elképzelni.

A magyar népesség körülbelül 1%-át érinti a cöliákia (liszt-érzékenység) a cöliákias betegek szigorúan csak gluténmentes termékeket fogyaszthatnak.

Hozzávetőlegesen a magyar népesség egyötöde valamilyen nem szervi eredetű emésztési betegséggel küzd, ilyen pl.: az irritábilis bélszindróma (IBS) vagy a nem cöliákias glutén szenzitivitás (NCGS). Az ő diétájukban is fontos szerep jut a hosszú fermentációs technológiával készült a kovászos kenyereknek, mivel ezek az élelmiszerek kevesebb emésztőrendszert terhelő összetevőt tartalmaznak. A hosszú kelesztés hatására a gyomor-bélrendszert terhelő összetevők (pl.: fruktánok, fitátok, stb.) mennyisége jelentősen csökken. Egyre több tudományos bizonyíték alapján következtetünk arra, hogy a nem cöliákias, de érzékenyebb gyomor-bélrendszerű egyéneknél nem a glutén a „fekete bárny” hanem a kenyérnek más komponensei, mint például fruktánok és a felesleges adalékanyagok.

Drágább az igazi kovászos kenyér?

Péklány: Ez relatív. Szerintem betegnek lenni a legdrágább és az egészség megőrzése mindennél fontosabb. És ehhez elengedhetetlen a változatos, jó minőségű, adalékmentes táplálkozás.

Az leszel, amit megeszel, szokták mondani. De hogy konkrétan legyenek, a mi kenyereink 10-20%-kal drágábbak, mint a piacon elérhető, alacsonyabb minőségű termékek.

Viszont a miénk másnapra nem szárad ki, nem penészedik és nem kell kidobni. Így már mindjárt nem drágább. A vásárlóink egy jelentős része (pont az idősebb korosztály) erről számol be, hogy még az utolsó morzsát is jóízűen eszik meg napokkal később.

Szálka Brigitta: néhány évvel ezelőtt volt egy nagyon precíz betegem, aki hosszú időre visszamenőleg háztartáskönyvet vezetett, az életmód-váltása után is ugyanannyiból vagy inkább kevesebből jött ki, mint előtte. Nyilván ő csak egy példa, nem reprezentatív minden magyar háztartásra nézve. Azonban nem értek azzal egyet, hogy a kiegyensúlyozott változatos táplálkozás feltétlenül drágább. Vannak alapanyagok, amik drágábbak ez vitathatatlan. Ha néhány felesleges élelmiszereket lespórolunk, vagy csak ritkábban fogyasztunk, például kevesebb újrafeldolgozott élelmiszert vásárolunk és emellett szezonális zöldségeket, gyümölcsöket fogyasztunk, sokat spórolhatunk. Lehet kevés pénzből egészségtudatosan és drágán is egészségtelenül élni.

Miből áll az együttműködés?

Péklány: Brigi régóta vásárlónk. Korábban is többször beszélünk már a technológiáról, és az egyes gabonafajtákról, illetve arról, hogy az emberek még mindig nem tudják milyen csoda dolog a kovászos kenyér. Szinte egyszerre ért meg bennünk a gondolat (bennem mint dietetikus, aki a páciensek étrendjébe illeszkedő élelmiszereket és erre megfelelő beszerzési forrásokat ajánl, bennünk pedig mint kovászos pékség, amiről még mindig sok balatonfüredi lakos nem tud), hogy jobban el kellene magyarázni és több emberrel meg kellene ismertetni a kovász előnyeit, illetve ha vannak olyan igények, amik befutnak Brigihez a páciensek részéről, és amikre mi el tudjuk készíteni a megfelelő terméket, akkor neki állunk a termékfejlesztésnek. Ilyen például a tökmagos tönköly zsömlé, ami a héten került a polcra, és még dolgozunk más koncepciókon is. De az évek óta létező termékeinkről, mint például a női áldás tönköly kovászos kenyérről az 52 órás ciabattáról, vagy a 100% rozskenyérről is van mit elmondani

Brigi segítségével. Az információkat a facebook oldalakon tesszük közzé bejegyzés formájában heti rendszerességgel.

Szálka Brigitta: az alapkonceptiónk az volt, hogy információegosztással segítségünk jó döntéseket hozni a hozzánk fordulóknak egészségük védelmére érdekében. Azt gondolom, hogy ez kiemelten fontos egy mindennapi ételmisszer fogyasztása esetén. Egymás kenyerét nem elvéve a másik célunk a kettőnk közti tudásmegosztás. Mindketten szívesen szeretjük a hivatásunkat, éppen ezért bízom benne, hogy sikerült értéket teremtenünk és közvetítenünk.

Milyen kenyeret ajánl a dietetikus?

A táplálkozás kapcsán és anélkül, hogy ismerném az adott személy szokásait, izvilágát, betegségeit éppúgy lehetetlen kihívás általános ajánlásokat tenni, mint például egy mindenkinek egyformán jól álló ruhát vagy hajviseletet javasolni. Azt hiszem, az étkezés mindenki számára elsősorban élmény, ezt az élményt csak tovább fokozhatjuk, ha többféle kenyeret fogyasztunk változtatjuk a feltételeket, vagy az elkészítési módot: pirítva vagy melegszenvedicsként. A belső érték változása nélkül a külalak is lehet izgalmas, nekem például személyes kedvenceim a bagettek, kiflik és a zsemlek. Lehetnek azonban olyan állapotok, betegségek, amik behatárolják a kenyér-választásunkat. A legtöbb esetben a rostban gazdag élelmiszerek fogyasztását javasolják a táplálkozási ajánlások a rostok előnyös élettani hatása miatt, például bizonyítottan hatásosak a koleszterin- és vércukorszint csökkentésben. Ezen kívül a rostok a bennünk lévő „barátságos és jótékony” mikroorganizmusok (probiotikumok) táplálékai, vagyis hiába fogyasztunk probiotikumot, ha nem eszünk rostot, a jó baktériumok nem tudnak megtelepedni a szervezetünkben és nem tudják kifejteni jótékony hatásukat. Nem elvárás, hogy csak teljes őrlésű lisztet tartalmazzon a kenyérünk! Ha egy köztes utat, választunk, például olyan zsemle, kenyér, bagett mellett döntünk, ami legalább egyharmad arányban tartalmaz teljes őrlésű gabonafélét, már jelentősen megnöveltük a napi rostbevitelünket. Vannak olyan állapotok, amikor tartósan vagy csak átmenetileg az emésztőrendszer terhente-sítése céljából inkább a fehér termékek fogyasztása javasolt, például gyomorrontás után. Mivel ilyenkor só, elektrolitot is veszünk, jó választást lehet egy sós kifli. Emésztőrendszeri betegségek esetén tanácsos a kenyér pirítva fogyasztani, a pirított kenyér morzsálékos szerkezetű, kevésbé terheli a gyomor-bélrendszert. (x)

Kézcsók Wesselényitől

Köztéri szobrot avattak a Brázay-parkban



„Ha rajta múlt volna, nem volna az ország feudálisabb, mint valaha” –írta Wesselényi Miklósról Ady Endre egy méltatásban. A már életében legendás Wesselényi a reformkor leghaladóbb gondolkodója volt, aki nem csak szónoklataival, de tetteivel is bizonyította a haza melletti elkötelezettségét, felszabadította és földművelésre, állattartásra tanította a jobbágyait, 1838-ban életet mentett a pesti árvízben. Többször járt Füreden, és ami akkor rendkívülinek számított, rendszeresen úszott a Balatonban. Párkányi Raab Péter szobra, aminek akár „Kézcsók” is lehetne a címe a művész szerint, Wesselényi Miklóst és egy csónakból kilépő nőalakot ábrázol, a régmúlt és a jelen találkozását - hallottuk az ünnepélyes szoboravatón a Brázay-parkban.

„Hatalmas, méltóságos, királyi tekintetű magyar”- méltatta Wesselényit Széchenyi, és valóban Wesselényi a kor egyik legfigyelemreméltóbb alakja volt, rendszeresen vívott, lovagolt, és ahogy Eötvös Károly az Utazás a Balaton körül című 1900-ban megjelent könyvében írta, két szemtanú mesélte neki,

hogy a báró tréfából még meg is borotválkozott úszás közben a Balatonban, de ha úgy támadt kedve, hogy Füreden időzzön, az erdélyi Zsibórol, ahol a birtokai voltak, „három nap és három éjjel alatt Füredre ruccant”.

Wesselényi imádta nőket és sokan rajongtak érte, többek között Kőlcsey Ferenc unokahúga,

Antónia is rendszeresen ír róla naplójában, a „legtökéletesebb embernek” tartja, és sokat idéz a báró bölcs mondanásai közül. Ahogy sokakat, Wesselényit is meghurcolják, felségsértés miatt börtönre ítélik, egészsége megromlik, szinte megvakul, de még beteg is sokat tesz azért, hogy a kolozsvári országgyűlés is kimondja Erdély unióját Magyarországgal. 54 évesen tüdőgyulladásban halt meg.

A szobor ötlete lassan húsz évre nyúlik vissza, hiszen a Romantikus Reformkor Fesztivál néhai fővédnöke, gróf Bethlen István szorgalmazta, hogy állítson Balatonfüred szobrot Wesselényinek, ha már a város a reformkoriak nyaralóhelye volt – mondta dr. Bóka István polgármester a szoboravatón. Az ünnepségen Wesselényi munkásságát méltatta Konrád Károly a térség országgyűlési képviselője és Nagy János a Miniszterelnöki Irodát vezető államtitkár is.

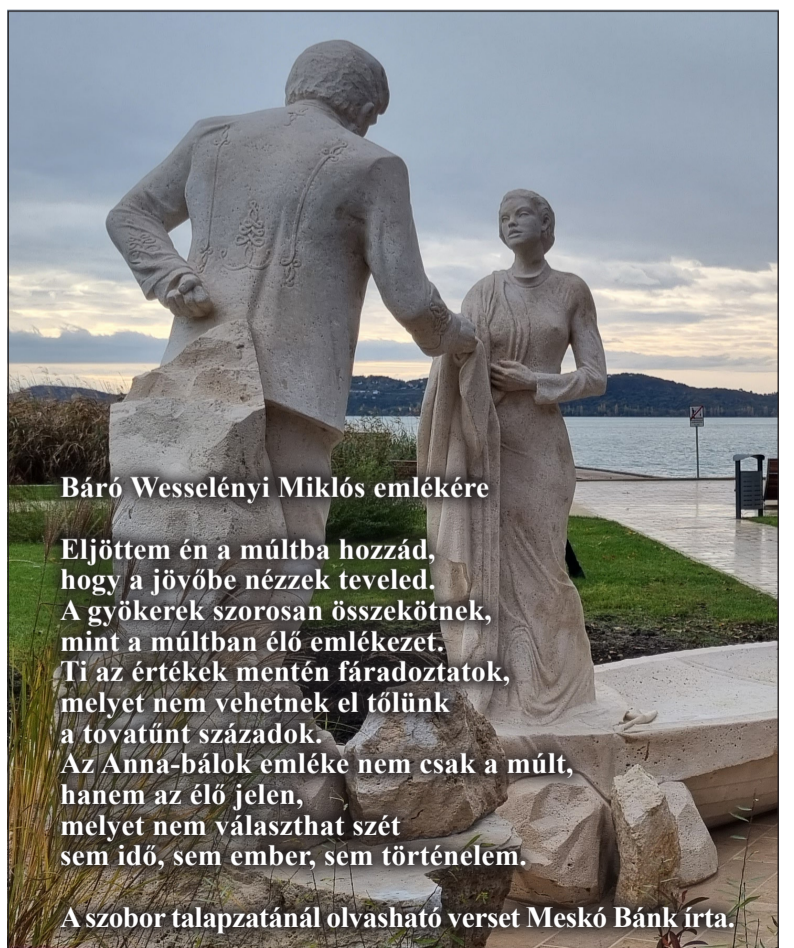
„Testben és lélekben is törhetetlen hazafi volt, ez köszön vissza jelmondatában is: nunquam retro, azaz semmit sem hátrálni” – idézte Wesselényit az államtitkár.

A Kossuth- és Munkácsy-díjas Párkányi Raab Péter szobrászművész suttói mészkőből készítette el Wesselényit és egy csónakból kilépő nőt ábrázoló szobrát. A művész szerint, akinek Balatonfüreden a Szent István szobrot is köszönhetjük, egy történelmi szobor esetén az alkotónak teljesen azonosulni kell a történelmi alakkal, Wesselényit igyekezett nagyságában megidézni.

A szobor a Kulturális és Innovációs Minisztérium 53 millió forintos támogatásból készült. CSK



Az új köztéri szobor Párkányi Raab Péter alkotása, a kőfaragó Sárga György



Báró Wesselényi Miklós emlékére

Eljöttem én a múltba hozzád,
hogy a jövőbe nézzek teveled.
A gyökerek szorosan összekötnek,
mint a múltban élő emlékezet.
Ti az értékek mentén fáradoztatok,
melyet nem vehetnek el tőlünk
a tovatúnt századok.
Az Anna-bálok emléke nem csak a múlt,
hanem az élő jelen,
melyet nem választhat szét
sem idő, sem ember, sem történelem.

A szobor talapzatánál olvasható verset Meskó Bánk írta.



Párkányi Raab Péter szobrászművész és mestere Melocco Miklós a szoboravatón. Párkányi Raab Péternek a Szent István szobra, Melocco Miklósnak a Deák szobra látható már Balatonfüreden



140 év – 140 műalkotás!

Február 18-ig látogatható Az Egry József 140 – Balaton, Szicília, Nervi kiállítás a megújult Laczkó Dezső Múzeumban

A Veszprém-Balaton 2023 Európa Kulturális Fővárosa program részeként megújult Laczkó Dezső Múzeum Egry József, a Balaton festője születésének 140. évfordulója alkalmából összeállított kiállítással nyitotta meg kapuit. A szimbolikusan 140 műalkotást felvonultató és a veszprémi múzeum mindhárom időszi kiállítótermét megtöltő impozáns kiállítás keretében változatos programok is várják a festészet rajongóit. Az intézmény kiállító épületének teljes felújításához méltó nyitótárlat szintén a VEB2023 EKF programnak köszönhetően valósult meg.



Egry József 1916-ban, az első világháború háború során került a badacsonyi hadikórházba, ahol megismerkedett későbbi feleségével, Pauler Júliával. A háborút követően Keszthelyen, majd Badacsonyban élt és alkotott, de a telet rendszerint a fővárosban töltötte. A szakirodalom ezt az időszakot tartja fordulópontnak Egry festészetében.

A háború előtti vastag faktúrájú olajképei fokozatosan feloldódtak, és megszülettek az atmoszférikus fényhatásokra épülő, könnyed, már-már légies festmények és grafikák, amelyek témája legtöbbször a víz, a Balaton és az azt övező táj, az itt élő és dolgozó emberek. Ugyanakkor a Balaton a művész szakrális témájú képeinek is

keretévé vált. Egry és felesége 1929-ben közel fél évet töltött Szicíliában, majd 1938 márciusában ismét elutaztak néhány hónapra Olaszországba. Ezek a külföldi utazások is inspirálták a tárlat koncepcióját. A művész 1919–20 körüli badacsonyi letelepedését követően készült, balatoni képei párhuzamban állnak az olaszországi utazások során készült alkotásokkal. A közgyűjteményekben őrzött munkák mellett magántulajdonban lévő, féltve őrzött és a nagyközönség számára eddig nem látható alkotások is megtekinthetők.

A múzeum a téli időszakban is tematikus tárlatvezetésekkel és színes kísérőprogramokkal vár mindenkit keddtől vasárnapig 10 és 18 óra között. **BFN**

PRIVÁT BALATON
ÉLMÉNY | EMLÉK | EMLÉKEZET
EXPERIENCE | MEMORY | REMEMBRANCE

Veszprém-Balaton 2023
Európa Kulturális Fővárosa

PRIVÁT BALATON ZÁRÓBULI

2023. december 2. szombat 11-19 óra között

A Lipták Gábor Városi Könyvtárban
(Balatonfüred, Kossuth Lajos utca 35.)
és a Kossuth utcán

Gyermekprogramok
kézműves foglalkozás - arcfestés

Privát Balaton kiállítás

Koncert: Sakk Matt Company
Dervalics Róbert és barátai

A programokon a részvétel ingyenes.

Mini Gasztró Udvar: Év Borásza - Arias forralt bor
Ételek és forró italok kedvező áron

A projekt a Veszprém-Balaton 2023 Európa Kulturális Fővárosa program támogatásával jött létre.

www.privatbalaton.hu
facebook.com/privatbalaton

Együttműködő partnerek:



A Balaton-felvidék tanulságait összegző kötet jelent meg

Az "Egy régió eszköztára" a térség tudását teszi elérhetővé, nem csak helyben élőknek

A budapesti Kortárs Építészeti Központ projektje, a TÁJTÉKA november 10-én Veszprémben mutatta be az "Egy régió eszköztára - Tanuljunk a Balaton-felvidéktől" kiadványt, amely a térség örökségével és jövőképeivel foglalkozó két éves program tanulságait összegzi és a Veszprém-Balaton 2023 Európa Kulturális Fővárosa program részeként valósult meg.

A könyvbemutató eseményre az Intelligens tájak régiófejlesztési konferencia programjában, az ActiCity Rendezvényközpontban került sor. A TÁJTÉKA program szakembereinek részvételével kerekasztal-beszélgetés és Pecha Kucha est kísérte a programot, ahol a Balaton-felvidéken és más hazai és külföldi régiókban a táj, a kultúra, az épített örökség és a közösségek kölcsönhatásában megvalósuló kezdeményezések szervezői mutatták be izgalmas projektjeiket. Megismerhettünk rendhagyó turisztikai vállalkozást (Balatonfüredről a BalatonGuide mutatkozhatott be), térségi építészeti és régészeti programot és távolabbi tájak természeti értékeit bemutató művészeti projektet is.

A könyvben a térség autentikus, a régió jelenét és akár jövőjét is meghatározó szereplőivel készült interjúk olvashatók, akik közül van, aki három, és van, aki 300 éves család múlttal állandó lakosa a régióknak és van olyan is, aki kétlaki életet él a

Balaton-felvidéken. A beszélgetések és a program tanulsága is, hogy az öslakos-bebírő-gyűjtment megkülönböztetések helyett arra érdemesebb figyelni, hogy ki, mit szeretne tenni a kultúrtájért és a közösségért. A könyvben nyilatkozik Fülöp Júlia idegenvezető és rendezvényszervező, aki a tematikus városnéző séták, a kulturális rendezvények és egy vendéglátóhely immár több évtizedes tapasztalatait osztja meg az olvasókkal.

A kötet a régió jövőjének lehetséges irányait is bemutatja a turizmus és a helyi gazdaság tényerésének, illetve az itt élők együttműködéseinek és tudáscseréjének különböző szintjei mentén.

Az utolsó fejezetben pedig olyan eszköztárat ismerhetnek meg az olvasók, amely abban segítheti - nemcsak - a helyi közösségeket, hogy a lakóhelyük értékeit bemutató kezdeményezéseiket fenntarthatóbbá tegyék.

Az eszköztárat a helyben megvalósult közösségi és szakmai programok bemutatása mentén



ismertetik a szerzők, amelyek között a térség kulturális-és épített örökségeit bemutató rendezvényeket, a Balaton-felvidék építészeti karakterét tiszteletben tartó építőtáborokat és több évtizedes múltú helyi hírmondót is találunk.

Az elmúlt év során a TÁJTÉKA csapata a helyi közösségekkel olyan programokat szervezett, amelyek a fiatalabb és idősebb generációk kötődését erősíti a történelmi tájjal. Többek között a Felsőszigeti barangolás - Örökségünk gyerekszemmel tihanyi gyereknep, a Sétapolca Sétafesztivál vagy a város épített örökségét és közösségeit ünneplő

Pomerium - Múltidéző napok Balatontalmadiban programok is bemutatásra kerülnek a most megjelent kiadványban.

A kötet egy három részes sorozatot zár, amelynek első része, "A Balaton-felvidék jövőképe" a régióról alkotott sztereotíp el-képzeléseket szeretné megváltoztatni úgy, hogy bemutatja a kultúrtájhasználat jó gyakorlatait és a térség újító kezdeményezéseit, különös hangsúlyt fektetve a közösségek szerepére.

A sorozat második része, az "Üdvözlő a Balaton-felvidék" a gyakorlatban használható javaslatokat tartalmaz itt élőknek, be-költözőknek és ide látogatóknak

arról, mit érdemes átgondolni a régióba költözéskor, hogyan lehet fenntarthatóan építkezni és gazdálkodni, a tájjal és a helyi hagyományokkal harmóniában élni, minimalizálva a konfliktusokat az itt élőkkel, és a helyi adottságokra építve sikeres, de környezetileg is fenntartható vállalkozásokat, turisztikai szolgáltatásokat és együttműködő közösségeket kialakítani.

A háromrészes sorozat a TÁJTÉKA projekt részeként, a VEB2023 EKF program támogatásával jelent meg. A könyvek Veszprémben a KUNSZT dizájnboltban, Budapesten a KÉK - Kortárs Építészeti Központban vásárolhatóak meg.

A sorozatot a szerzők ajánlják mindazoknak, akik itt élőként, be-költözőként, látogatóként, helyben alkotó szakemberként, döntéshozóként, közösség-szervezőként tenni szeretnének azért, hogy megóvjuk a Balaton-felvidéki táj egyedi karakterét és örökségét. És azoknak is, akik saját régiójuk fejlesztésekor szívesen fogadják más térségek tapasztalatait. **BFN**

VEB 2023
Európa Kulturális Fővárosa

Folytatódik Szépkúti Blanka kisasszony története

Megjelent Karády Anna Zserbó című könyvének második része

Folytatódik az adriai Gerbeaud cukrászdát vezető Szépkúti Blanka kisasszony és a csinos tengerész, Hollósy Ármin báró története - megjelent Karády Anna Zserbó című regényének folytatása. A füredi író a Petőfi Sándor utcai Bergmann cukrászdában mutatta be legújabb kötetét, amiben életre kel az Osztrák-Magyar Monarchia haditengerészete és megismerhetjük a Zenta hadihajó szívszorító történetét is.

Az 1910-es években a pesti Gerbeaud cukrászdából Szépkúti Blanka kisasszony a fumei gyorsvonattal érkezik Abbáziába, hogy az ottani Gerbeaud üzletet irányítsa. A száraz dalmát szél, a bőra itt sodorja az útjába a csinos tengerészt, Hollósy Ármin bárót, akivel egy különös, romantikus szerelmi viszonyba kerül. Ez a történet követhető nyomon a füredi Karády Anna Zserbó című regényében. A füredi lány trilógia írója nem tervezi három részre a Zserbó-történetet, de azért nem hagyta folytatás nélkül olvasóit. Az új regény ideje az első világháború jelene: a világvész előszobájában született szerelemre megpróbáltatások sora vár.

A haditengerészeti mozgósítási parancs kirángatja a szerelmeseket az adriai szigetvilág édenkertjéből. A tengerésztisztet arra nevelték, hogy a kötelesség még az életnél is előbbre valóbb. A nem várt események összeütköztetik a szerelmesek álmait.

A századelőn, a tengerészet lovagkorában játszódó történelmi romantikus regényben betekintést nyerhetünk a tengeri kikötők, világot járt tengerészek különös életébe, majd a huszadik század hajnalának legtündökösebb

éveit követően az Adria megmutatja viharosabb arcát is. Karády Anna szerint a Zserbó folytatása egy megindító történet szerelemről, magányról, vágyról, és reményről.

- *Eredetileg is többkötetesre tervezte a Zserbót?*

- Azt tudtam, hogy meddig szeretnék eljutni a történettel. Írás közben már éreztem, hogy duológia lesz, a történet kettéválasztása már csak technikai kérdés volt.

- *Mire számíthatnak az olvasók a második részben?*

- Haladunk tovább a múlt század tízes éveiben, és a történelemórán tanultakból tudjuk, hogy mire számíthatunk. Egy szerelmi történet középpontba állításával igyekeztem bemutatni a Zenta hadihajó történetét.

- *Milyen utazások és kutatások előzték meg a regényírást?*

- Hét-nyolc alkalommal utaztam el Horvátországba, hogy minél pontosabb képet írhattak le Rijekáról, a régi Fiuméről és Abbáziáról. Nagyon szeretem azt a vidéket és szinte magamat is ott láttam az 1910-es években. A kutatómunkával kapcsolatban szeretném kiemelni dr. Balogh Tamás szakmai segítségét, aki a TIT Hajózástörténeti, Modelllező



és Hagymányörző Egyesületének az elnöke. Ő az expedíciós csapat tagjaként le is merült a hajó roncsához, és rendelkezésemre bocsátotta a Zenta történetéről szóló feldolgozásait. Minden kérdéssel nyugodtan fordulhattam a Fiume-kutató dr. Pelles Mártonhoz is.

- *Miért épp a Zentát választotta?*

- A Szent István csatahajó történetéről sokat lehet hallani, talán ennek a hajónak a háborús történetére jobban emlékezünk. Azonban a Zenta volt az első, ami tűzben állt, és a dicsőséges önfeláldozása valahogy kevésbé közismert. Nagyon megragadott a története, és úgy éreztem, hogy ha rám ilyen hatást gyakorolt, akkor az olvasók számára is izgalmas lesz, ezért szőttem bele a históriáját a szerelmi történetembe.

- *Miért tartja fontosnak a történelmi hűségű adalékot a regényeiben?*

- Azt szeretném, hogy a könyveim hitelesek legyenek. Egy adott kor aromáját, ízeit úgy szeretném átadni, hogy közben tanulhassunk is arról az időszakról. Amennyire a történetem engedi, igyekszem hű maradni a tényekhez. Persze egy regény esetében nem elvárható a történelmi pontosság, mert azért mégiscsak a szórakoztatás a cél.

- *Ez az ötödik kötete, írónak érz-e már magát és mennyire sikeresek az eddigi könyvei?*

- Író attól lesz valaki, hogy ír, és én nagyon szeretek írni. Mára az írás a mindennapjaim részévé vált, úgyhogy a válaszom: igen. Persze minden írónak jólesik a visszajelzés, vagyis ha keresik a könyveit. A füredi lánynak most novemberben érkezik a nyolcadik utányomása. A 2021-es megjelenésekor ilyenről álmodni sem mertem, nem tudok elég hálás lenni az olvasóknak. Ez a kötet tett íróvá és indított el egy

teljesen új világ felé. Sok tehetség él Magyarországon, aki nehezen juttatja el a könyveit a piacra, az viszont pozitívum, hogy egyre több magyar író olvasnak. Nem is olyan rég még az angolszász írók nevei kaptak nagyobb bizalmat, az érzéseim szerint most viszont a magyar írók felfelé ívelő hullámban vannak, több lehetőséget kapnak.

- *Tudja már, hogy mitől lettek az Ön könyvei sikeresek?*

- Talán attól, hogy érződik az a lelkesedés, amivel megírtam őket. Ösztönösen írtam, anélkül, hogy tudtam volna, milyen úton járok, vagy hogyan kell könyvet írni és kiadni. Egyszerűen csak nagy szenvedéllyel írtam-írtam, ami érződik a lapokon és a történetvezetésben. Egy tűz lobbant fel bennem, ami azóta is ég. Sok ötlet van a fejemben, csak nehéz időt teremteni a kidolgozásukra.

- *Dolgozik már a következő történeten?*

- Igen, de ez nem annyira kötődik egy helyhez, mint A füredi lány vagy a Zserbó. Sokkal inkább egy személyhez köthető, és annyit elárulhatok, hogy a XV-XVI. században fogunk járni. Ez a korszak kevésbé dokumentált, mint a XX. század eleje, de én szeretem ezt a vadabb időszakot. Ilyenkor az ember jobban elengedheti a fantáziáját. Viszavágytam egy vadregényes világba, ami egy szokatlan életutat rejt. A történetem egy olyan férfiről szól, aki nem elégedett meg azzal, amivel a sorsa megkínálta. Hívott ez a személy és az ő története, remélem, hogy az olvasók is szeretni fogják.

- *Honnét merít inspirációt és mikor ír?*

- Mindenhol: a postán sorban állás közben, esetleg az utcán megfog egy érdekes ember vagy egy aranyos vadászkutya. Folyamatosan szívom magamba az élményeket. Az írás nálam hasonló egy munkaidőhöz: igyekszem

reggel nyolckor kezdeni és délután négykor végezni. Jogot végeztem, ami megtanított a strukturált gondolkodásra és tervezésre, próbálok tartani a napi penzumokat. Elég szigorú vagyok önmagamhoz.

- *Kinek mutatja meg először a frissen elkészült írásait?*

- Az édesanyámnak. Fontos a véleménye, megszoktam és már rituálé, mert így csináltam A füredi lánynál is. Az első kötet első fejezetét – ami a Posványos címet viselte – szintén az anyukámnak mutattam meg, ő biztatott, hogy folytassam. Sose fogom ezt a pillanatot elfelejteni, minden művészléleknek szüksége van egy ilyen támogatásra. A mai napig az anyukám az első olvasóm, utána jön a szerkesztő és elindul a kézirat a maga útján.

- *Az ötödik könyve után adódik a kérdés: érez-e fejlődést az írói munkájában?*

- Igen, most már magabiztosabban írok, és tudom, hogyan zajlik a kéziratgondozás folyamata. Rutinom van már a fejezetek meghatározásában, és gyorsabban is haladok. A füredi történetnél meg kell említenem Tóth-Bencze Tamás helytörténet-kutató nevét, aki sokat segített abban, hogy a XVIII. századi fürdőéletet rekonstruálni tudjam, és el tudjam képzelni, mit is lát Anna, ha körbefordul. Tamás minden forrást rendelkezésemre bocsátott, ezúton is köszönöm a segítségét.

- *Ha irodalmi fordulattal élek, és arra kérem, hogy csukja be a szemét, s mondja el, hogy öt év múlva milyennek látja önmagát, akkor mit mondana?*

- Remélem, hogy egy új regényen dolgozom, és lázas kutatómunkát végzek. Nagyon szeretek írni és abban bízom, hogy ugyanilyen lelkesen és ugyanazt fogom csinálni, amit most. Írás közben olyan szabadságot élek meg, ami ha így marad, az már több, mint jó. **Mórocz Anikó**



A kerékpározás megszállottja

A budai Harangvölgyben született, erről kapta a nevét. Ötéves kora óta siel és kerékpározik, volt hobbiversenyző, majd másoknak szervezett hazai és nemzetközi versenyeket, több szakmai szervezet és szövetség alapítója. Osztrák sí-mesteroktatói vizsgája van, jelenleg pedig a Négy évszak bringatúra szervezőjeként és a BalatonBike365 észak-balatoni koordinátoraként népszerűsíti a kerékpározást. Harangvölgyi Andrással beszélgettünk.

- Tényleg a budai Harangvölgyről kapta a nevét?

- A szüleim budakeszi sváb fuvaros családból származtak. A kitelepítéskor a nagyszüleim úgy döntöttek, hogy maradnak, és a Normafa alatti Harangvölgyben kaptak egy ingyen bérlakást. Ez Zugliget vége, ahol egykoron Mátyás királynak volt vadászterülete, manapság is népszerű kirándulótér. Hemle volt a sváb családnévünk, ezt magyarosították Harangvölgyre.

- Miért lett műemlék a szülőháza?

- Ez egy majdnem kétszáz éves, döngölt földes, verandás faház az erdő szélén, ahol mi háztáji állatokkal igazi falusi életet éltünk. Harangvölgy egy felvonó nélküli síközpont volt, a Normafára járók a nagyanyám verandáján tárolták a felszerelésüket, amiért fizettek, ebből volt egy plusz bevételünk. Télen gyerekfejél még én mertem a teát és a forralt bort a sielőknél. A nagyszüleim halála után az épület visszazállt az államra és műemlékké nyilvánították.

- Ki volt az édesapja?

- Tizenhatszoros sífutó magyar bajnok és hétszeres motocross bajnok volt, megkapta a Hazáért Sportérdemrendet is. 1938-ban ő vitte a téli olimpián a magyar zászlót. Két és fél éves korban az Anna réten az általa készített mini-sáncra ugráltam, nagyjából pedig biciklivel próbáltam utánozni a motoros mutatványait, amiktől persze össze-vissza törtem magamat. Igazi rosszcsonk gyerek voltam, szegény nagyanyám mindig rettegett, nehogy bajom essen.

- Mi lett az Ön sportja?

- Az erdőben nőttem fel. Az anyai nagyanyám a Libegő alatt lakott, és a nagyszüleim között biciklivel vagy síléccelel ingáztam a hegyen. A közeli általános iskolába is sielve jártam, ez egy fantasztikus vidéki gyermekkor volt Budán. Édesapám egy Csepel kerékpárt tuningolt fel nekem mountainbike-á.

- Mit tanult?

- Gimnáziumba jártam és autószerelő szakmát tanultam. Jogi egyetemre szerettem volna menni, de az édesanyám tizenéves koromban meghalt, nem jól alakultak a családi dolgai. A nagyanyámmal egy újpesti lakótelepi lakásba kerültem, az ő halála után egyedül maradtam ott és valahogy meg kellett élnem, nem tudtam tanulni. Tizenhét éves koromban kezdtem dolgozni, és kerestem a lehetőséget, hogy a hobbimból élhessek meg. Belekerültem a hetvenes évek beat-örületébe is, gitározni kezdtem

a gimnáziumi zenekarban, a Rítusban együtt zenéltem Dész Laciival, ő akkor még zongorázott, Becze Gábor volt a basszusgitárosunk, aki kétszeres Kossuth-díjas lett, a Kaláka együttes tagja. Gőz Ricsi volt a pozanosunk, ő később a jazz tanszakon tanított. Nekem dolgoznom kellett, az együttes többi tagjából profi zenész lett.

- Azt azért nehéz elképzelni, hogy teljesen eltávolodott a zenétől.

- Annak idején fölbringáztunk a Hármashatár-hegy tetejére, a volt munkásorség zárt bázisára, két üres épület maradt utánuk, oda vettük be magunkat. Megesináltuk az országos hírvé Rekettyés klubot, nyílt tűzű kandallóval fantasztikus hangulata volt. Hét évig vittem, minden hétfőig telt ház volt, ingyen, zeneszeretből muzsikált nálunk például Miles Davis dobosa vagy egy hatfős amerikai gospel-kórus, Takács Tamás, Ferenczi Gyuri és még sokan mások.

- Hogy indult a sportszervezői pályája?

- A nyolcvanas években az akkor kialakulóban lévő hazai aktív turisztikai ágazatban szerettem idegenforgalmi gyakorlatot. Tíz éven keresztül dolgoztam a Volántourist, a Blaguss, és a Tensi utazási irodákban. Ausztriában sí-mesteroktatói vizsgát tettem, és alapító tagja voltam a Siókatók Magyarországi Szövetségnek. Kollégáimmal egy nagyszerű oktatófilmet is készítettük Símánia címmel. Alapító tagja voltam a Magyar Mountainbike Szövetségnek, tíz országos bajnoki futamot rendeztünk, átlagosan öt-hatszáz indulóval. A Kerékpáros Szövetség technikai igazgatójaként vezettem be az Országos Diák bajnokságot, és én magam is versenyeztem: dual slalom kategóriában amatőr világbajnoki címet szereztem Ausztriában. A kilencvenes évek második felében a Csillebérce Szabadidő Központban három UCI Grundig kerékpáros világbajnok futam pályaiszervezője voltam, ezeket az EUROSPORT egyenes adásban közvetítette. 2001-ben alapító tagja voltam a Magyar Kerékpáros Klubnak, magam írtam az alapszabályát, és évekig társelnök voltam a szervezetnek. Technikai igazgatóként és a magyar csapat vezetőjeként több Európa-bajnokságon, VB-n és világbajnokságon vettem részt. Abban az időben ismerkedtem a bringával az olimpiai negyedik helyezett Vas Kata Blanka is, igaz akkor még a papája utánfutóval vitte magával a versenyekre, nagyon büszkék vagyunk Blankára.



Harangvölgyi András 1968-ban



Az édesapja hétszeres motocross bajnok volt



Kategóriájának győzteseként a Saalbach-ban rendezett amatőr kerékpárversenyen

- Vagyis közel három évtizede dolgozik a kerékpározás ügyén.

- Igen, a Duna és a Buda Maraton, a 24 Órás és a Trans Hungaria Túra után jelenleg a Négy Évszak Bringatúra-sorozatban dolgozunk a feleségemmel.

Szervezőként közel százezer kerékpáros szabadidő-sportolónak és túrázóknak sikerült eddig színvonalas élményt adni. Érdekes volt látni, hogy még a téli túrára is hónapokkal korábban betelt a kvóta, háromszázötvenen férünk fel a kompra, ami átvizs bennünket a déli partra. A túrákon nincs szó versenyről, időmérésről és eredményről. Ha valaki útközben meglát egy szép diófát, akkor nyugodtan leheveredhet alá, vagy ihat egy fröccsöt. A közösségi élmény és a balatoni táj megismerése a cél, az ország minden tájáról és külföldről is vannak résztvevőink. Balatonfüred a nemzetközi kerékpár-turizmus központja is lehet, minden adottsága megvan hozzá.

- A feltételek is adóttak?

- Vannak helyek, ahova el sem lehet jutni mással, mint gyalog vagy kerékpárral (esetleg lóháton), elég csak a Hideg-hegyi Zarándokpékséget említeni. Ha már az anyagi források nem teszik lehetővé kerékpárutak építését, akkor

legalább az erdészeti és mezőgazdasági utakat kellene stabilizálni. Jó minőségű erdei utak kellenek kijelölt útvonalak és térképek is. A balatoni bringakörön több százezer bringázó, pedig még holnapja sincs. Mi lenne akkor, ha még egy komoly promóciós tevékenység is lenne mellette? Az e-bike-ok által egy markáns, 50+-os fizetőképes réteg jelent meg, akik már nem azért kerékpároznak, mert nincs pénzük másra. Vannak kétféle forintos bringák is, amit nem azért vesznek meg, mert nem futja nekik autóra. Az egész világon a kerékpározás a turizmus egyik legdinamikusabb fejlődő ágazata, jelentős turisztikai potenciál.

- A BalatonBike365 kerékpáros turisztikai projektben is szakmai szerepet vállalt.

- Jelenleg a Magyar Kerékpáros Szövetség szakértőjeként a kerékpáros turizmus hazai fejlesztésén dolgozom, mint a BalatonBike365 projekt észak-balatoni koordinátora. Szeretném kivenni a részemet a Balaton régió és a Bakony páratlan turisztikai lehetőségeinek a fejlesztéséből, ehhez szívesen adom át a tapasztalataimat. A BalatonBike365-nek az a lényege, hogy a Balaton tizenöt-húsz kilométeres

körzetében lévő háttértelepüléseket, gyönyörű tájakat és a történelmi borvidéket is bekapcsoljuk a bringás vékeringésbe. Közel ezer kilométernyi útvonalat tábláztunk ki, térképet, applikációt, többnyelvű honlapot készítettünk, illetve kerékpáros központ épült Keszthely és Balatonföldvár mellett Füreden.

- Miért kell minden sportból versenysportot csinálni? A másodpercek fontosabbak, mint például az, hogy Budapesten vagy a Balaton-felvidéken minél többen kerékpározzanak?

- Egy füst alatt mindent nem lehet megoldani, több szakosodott kerékpárszervezetet foglalkoztat a téma. Rendkívül fontosnak tartom a biztonságos, kijelölt minőségi útvonalak meglétét. Több ezer kilométer biciklit megépítésére most nincs anyagi lehetőségünk, ezért szorgalmazzuk – szakemberek bevonásával – a meglévő lehetőségek ésszerű kiaknázását. Most fogjuk felmérni a kerékpáros útvonal-rendszerben kijelölt Balaton-felvidéki utak felújításának, környezetbarát technológiákkal való stabilizálásának a lehetőségét és lobbizni fogunk a minőségük javításáért. A kerékpáros kultúrán is van mit javítani, elég, ha csak a bukósik használatára gondolunk, rémisztő, mennyire nem hordják a biciklizők. A kérdés tehát összetett, történnek lépések, de időbe telik az elmozdulás. A mi álláspontunk az, hogy külföldi minták alapján kerékpáros régiókat kellene létrehozni, ahol a turisztikai és a kerékpáros szakma a fejlesztés érdekében összefog.

- Milyen szálak kötik Önt a Balaton-felvidékhez?

- A szüleim 1951-ben építettek egy kis nyaralót Balatonkenesén. Két évre rá születtem, a fél életemet a Balatonon töltöttem, és tizenkét éve élek Füreden. Sokat köszönhetek a feleségemnek, Havasi Tímeának, aki füredi, együtt dolgozunk és most már én is füredinek érzem magamat. Egy elégedett ember vagyok, igazi társra és közösségre, barátokra leltem itt, együtt focizunk, bringázunk és színes társasági életet élünk, ami meghatározza a jelenlegi életemet. **Mórocz**

Olimpiai döntőre készül a füredi sprinter

Repülőjegye van a párizsi olimpiára, és ha már így alakult, akkor szeretne bejutni a döntőbe. Ezért mindent meg is tesz: halasztja a műszaki egyetemre, az ideje jelentős részét edzéssel tölti és még jókedvű, elégedett is. A füredi Molnár Attila hobbiként kezdett futni, majd sorra döntötte meg a 400 méteres síkfutás országos csúcsait. Idén májusban neki sikerült első magyarként áttörnie a 45 másodperces határt.

Molnár Attilának hobbiként indult a futás. A veszprémi Vetési Albert Gimnáziumban majdnem kítűnő eredménnyel vette az akadályokat, a prioritás itt még a tanulás volt. Aztán a Budapesti Műszaki Egyetem mérnök-informatika szakára kerülve fővárosi egyesületet választott, az FTC-ben Karlik Pál edző figyelő szemével előtérbe kerülve és volt gyógytorna is a céltudatos készüléshöz. Kvázi hobbiból 2021-ben a Fedettpályás Országos Atlétikai Bajnokságon megnyerte a 400 méteres távot, és a 4x400-as váltó tagjaként is a dobogó legfelső fokára állhatott. Ettől kezdve fókuszált a futásra, hogy többet hozhasson ki magából.

Az egyetem első féléve rendkívül feszes tempót diktált, és egy évvel ezelőtt válaszut elé érkezve Attila úgy döntött, hogy ideiglenesen felfüggeszti a tanulmányait. A téli felnőtt Európa-bajnokságról egyetlen hellyel ugyan lecsúszott – negyvennyolcan jutottak ki, ő negyvenkilencedik

volt a listán -, ami nagyon fájt neki. De leszegett fejjel, alázatosan edzett, és ennek lett az eredménye az ideji sikeres szabadtéri szezon. Május 25-én 44:98-al új magyar csúcsot futott, ezzel ő lett az első magyar, aki 400 méteren áttörte a 45 másodperces határt.

Ennek az eredménynek köszönhetően hívták meg az egynapos atlétikai versenyek csúcsának számító Gyémánt Ligára, ahol szintén tisztességesen helytállt. A nyár első nagy állomása a korosztályos Európa-bajnokság volt, ahova ugyan nyerni ment, de egy bronzéremmel tért haza. Saját bevallása szerint mentálisan nem volt felkészülve a nemzetközi esélyre és nem bírta a nyomást, de ez rengeteget segített neki, hogy elhiggye magáról: a legjobbak között van a helye. Hazatérve a Gyulai István Emlékversenyen gyorsan futott egy újabb országos csúcsot, ami már az olimpiai szint teljesítését jelentette, tehát biztos résztvevőjévé vált a jövő évi ötkarikás játékoknak.



Molnár Attila a budapesti világbajnokságon

Az Európa-bajnoksági tanulópenznek az augusztusi, budapesti világbajnokságon döntő szerepe volt. Elképesztő húzóerőt jelentett neki a hazai pálya, ez is hozzásegítette, hogy új, 44:84-es országos csúccsal került az elődöntőbe. Mai napig leírhatatlan érzést adott neki ez az élmény. A 2024-es párizsi olimpiára Attila már hivatásos sportolónak készül. Nem kisebb célt tűzött ki maga elé, mint hogy bejusson a 400 méteres síkfutás legjobb nyolca közé, a döntőbe. Idén Budapesten a világ 12 legjobbja közé került, tehát a cél reális.

Molnár Attila szerint a már mögötte levő világbajnokság, a jövő évi Európa-bajnokság és az olimpiai részvétel kielégíti a futással kapcsolatos elképzeléseit, és utána visszafordul a tanulmányai felé. Aránytalanul érezne ugyanis egy újabb év eltöltését egyetlen tizedmásodpercért. A fejlődése persze még felülírhatja az idén 21 éves versenyző elképzeléseit.

Attila nem szeretné élni korosztályának a mindennapjait, nem vonzzák a hétfégi bulik és ivászatok. Persze az ő esete

kivételes, meglehetősen ritka, hogy valaki ennyi idősen olimpiai kvalifikációt szerez. Amikor még párhuzamosan járt az egyetemre és az edzésekre, akkor érezte, hogy az alvás-tanulás-közösségi élet hármastól egyről le kell mondani. Nyolc óras alvásra van szüksége a regenerálódáshoz, az előadások után haverok helyett edzés várt rá, a tanulás pedig már nehezen fért bele az idejébe. Az edzésekbe befektetett energia megtérült, jól sikerült a tavalyi éve, a családja mellette áll és anyagi támogatást is kap a klubjától, az államtól, a szakági szövetségtől és az olimpiai bizottságtól is. Tehát minden feltétel adott a nyugodt felkészüléshez.

Erősödött az orvosi háttér és edzőtáborról edzőtáborra jár, többek között megy Tenerifére és Ciprusra. A stabil ütemű fejlődés érdekében a napjai produktív részét edzéssel, a fennmaradó négy-öt órát pedig önképzéssel, olvasással vagy tanulással tölti. Mindent felülír a Párizsba szóló repülőjegye, és már azt is tudja, hogy augusztus elsején fog pályára lépni. Addig még vár rá egy márciusi fedettpályás világbajnokság Glasgowban és lesz egy felnőtt szabadtéri Európa-bajnoksága Rómában. MA

Európa harmadik legjobb ifjú kalapácsvetője Füreden él

Csekő Miklós mindössze tizenkilenc éves, de már európai bronzérmes ifjúsági kalapácsvető. Állt már a világranglista élén is, bár nem gyakran nézegeti a rangsorokat, szerinte ugyanis minden az adott versenyen dől el. Szerencsés véletlen, hogy szakácsnak tanult, így a versenysportjához szükséges speciális ételeit is el tudja készíteni magának.

2004-ben született Balatonfüreden, azóta is itt él Csekő Miklós, és mindössze öt éve atletizál. 2018 májusában egy diákolimpiára küldték a Radnóti iskolából, hogy szerepeljen súlylökésben. A versenyen találkozott egy edzővel, aki fantáziát látott benne, s felvetette neki, hogy foglalkozzon atlétikával. Később a súlylökésről áttért a kalapácsvetésre, négy éve már nem is foglalkozik mással.

Eleinte Miklósnak nem voltak komoly céljai, mindössze fejlődni szeretett volna. Aztán 2021-ben kijutott az U20-as Európa-bajnokságra Tallinba, ahol

kijött a rutintalansága, mert bár lett volna jó dobása, nem maradt bent a körben. Ezen a versenyen realizálódott benne, hogy a sport több is lehet számára, mint hobbi. A következő évben az U20-as világbajnokság előtt dobta az egyéni csúcsát, kiharcolta az indulási jogot a kolumbiai Caliban rendezett világversenyre, de előtte egy betegséggel küszködött, nem volt százszázalékos, junior korosztályban a 11. helyet érdemelte ki.

Az ideji versenyszezon kezdetét Miklós a világranglista éléről várta. Zentai Tibor és Dobos Máté tanítványaként március

végén a veszprémi téli dobó-bajnokságon az egyéni csúcsát (78,44 m) negyven centire megközelítve, 78,04 méterre dobta a hatkilós szert, ezzel ugrott a korosztályos világranglista élére. Ilyen jó dobásra még úgy sem számított, hogy a megelőző három versenye is jól sikerült a felnőtt, hétkilós kalapáccsal. Erre a kezdésre lehetett alapozni, és már a tapasztalata is segítette, hogy jó formát mutasson. Célként lebegett előtte, hogy a hatkilóssal a nyolcvanas, a hetessel pedig a hetvenes határt lépje át.

Az ideji U20-as atlétikai Európa-bajnokságot augusztusban Jeruzsálemben rendezték. Csekő Miklós a Veszprémi Egyetemi és Diák Atlétikai Club (VEDAC) versenyzőjeként 76,86 méteres eredményével a junior bronzérmet szerezte meg. A füredi versenyző szerint többet is ki lehetett volna hozni belőle, de nem elégedetlen, mert egy jó hangulatot sikerült szereznie.

Csekő Miklós Veszprémben szakácsnak tanult, jelenleg az érettségire készül. Idén nyáron kezdett el dolgozni egy dietetikussal, együtt találják ki az ételeket, amiket aztán Miklós javarészt önállóan el is készít magának.



Csekő Miklós a jeruzsálemi atlétikai Európa-bajnokságon

A fiatal versenyző az egészséges ételek mellett ráértett a versenyzés ízére is, véleménye szerint jó úton jár. A folyamatos fejlődéséhez további alázatos munkára van szüksége, épp ezért az életében most az edzéseket helyezi előtérbe. Úgy érzi, hogy az erejével nincs gond, inkább gyorsaságban és technikában szeretne javulni.

Vasárnap kivételével minden nap van edzése, a nyári időszakban pedig heti nyolcszor edz. Távlati célja, hogy a felnőttek között is jó eredményeket érjen el, ami nem lesz egyszerű, mert a sűrű hazai mezőnyben nehéz érvényesülni. Lélekben már a 2025-ös, U23-as Európa-bajnokságra készül, ahol szintén a dobogó a cél. MÓROCZ ANIKÓ



Csekő Miklós a Veszprémi Egyetemi és Diák Atlétikai Club színeiben versenyez. Edzői: Dobos Máté (balra) és Zentai Tibor (jobbra)

**December 1., péntek**

Krisztus Király Plébániatemplom
(Piros templom)
17:00 Betlehemállítás

Evangélikus templom
18:00 Bem Emlékkórus adventi
hangversenye

Balatonfüredi Jégpálya
Megnyitja kapuit a 900 négyzetméteres
balatoni jégpálya!

December 2., szombat

Arácsi Népház
10:00 „Bakonytól a Balatonig”
Hagyományőrző napok Veszprém vármegyében
- előadások és karácsonyi ajándékkészítés
a Veszprém Megyei Népművészeti Egyesület
mestereivel

December 3., vasárnap

Balatonfüred Kongresszusi Központ
16:00 Advent fényei táncgála

December 8., péntek

Köztársaság úti lakótelep (az óra melletti park)
III. Lakótelepi karácsony

Huray Villa, találkozó a villa kertjében
14:30-16:30 Adventi séta forraltborral
Jegyár 3.500 Ft/fő

December 8-10.

Kékszalag PORT
II. Kékszalag PORT adventi vásár

December 9., szombat

Huray Villa, találkozó a villa kertjében
13:00-15:00 Adventi séta forraltborral
Jegyár 3.500 Ft/fő

Arácsi Népház

15:00 Szimonidesz Hajnalka meseillusztrátor
kiállításának megnyitója

15:30 „A meseillusztráció rejtelmek” című
foglalkozás gyerekeknek, a résztvevők
figuraterveket és meseillusztrációt tervezhetnek.
A foglalkozást tartja:
Nyitrai Orsolya

December 10., vasárnap

Balaton Szabadidő és Konferencia Központ
Acro Dance karácsony

December 13., szerda

Arácsi Népház
15:00-18:00 Karácsonyi ajándékkészítő nap:
Luca búza ültetés

December 14., csütörtök

Balatonfüred Kongresszusi Központ
17:00 Gyermekkórusok karácsonyi hangversenye

December 15., péntek

Huray Villa, találkozó a villa kertjében
14:30-16:30 Adventi séta forraltborral
Jegyár 3.500 Ft/fő

December 16., szombat

Huray Villa, találkozó a villa kertjében
13:00-15:00 Adventi séta forraltborral
Jegyár 3.500 Ft/fő

Evangélikus templom

16:00 Felnőttkórusok karácsonyi hangversenye

December 17., vasárnap

Arácsi Népház, Arácsi Tájház
14:00 Arácsi karácsony

December 21., csütörtök

Kisfaludy Galéria
Parker Jazz Club Balatonfüred
19:00 Bágyi Balázs New Quartet
Jegyár: 2.500 Ft/fő

Áldott karácsonyi ünnepeket
és sikerekben gazdag
boldog új évet kívánunk!

Balatonfüred Kulturális Nonprofit Kft.
munkatársai

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!

kultura.balatonfured.hu, facebook.com/balatonfuredkultura,
kisfaludyszinhaz.hu, +36 (30) 305-1606, jegy.hu


Fiüredi
ADVENT
2023