

Nyáron több a baleset?

Hogy előzzük meg
a csontritkulást?

Bőrbe varrt
Kübelwagen

Barkóczy Gábor
kastélyfutó története



FEHÉRVÁR

Közéleti hetilap

2020.07.16.



A sport összehozza
a családot

Fotó: Simon Erika

fmc.hu
fehérvár médiacentrum

Jó helyen vagy!



Az összes indítványt leszavazták

SZABÓ PETRA

Az ellenzéki pártok részéről több mint nyolcszáz módosító indítvány került a Parlament elé a 2021-es országos költségvetés kapcsán, amiből több mint négyszázat a Jobbik terjesztett elő – számolt be Fazakas Attila, a helyi szervezet elnöke.

Fazakas Attila szerint ezek között több Fehérvárt is érintő indítvány volt, például a Móri út és az Úrhidai út felújítását szorgalmazó előterjesztés,

a Nemzeti Emlékhelyen egy látogatóközpont létrehozásáról szóló vagy a Székesfehérvári Iskolafejlesztési Alap létrehozását támogató indítvány: „*Ez a legsürgősebb, iskolákkal kapcsolatos problémáknak a megoldását oldotta volna meg. Itt tudjuk nagyon jól, hogy a városban vannak olyan iskolák, ahol vállalhatatlan állapotú a mosdó vagy az étkezdé, vagy éppen esik be az eső. Ezekre ez nagyon jó lett volna, de sajnos ez nem sikerült.*”

Választókerületi programok

Fogadóóra online és személyesen

Július 22-én, szerdán 16 és 18 óra között Fazakas Attila, Márton Roland, Ráczné Földi Judit és Barlabás András önkormányzati képviselők fogadóórát tartanak a Városház tér 2. emeletén található frakcióirodában, ahol tisztelettel várják a fehérváriak ötleteit, javaslatait, problémáit, kérdéseit.

Ugyanezen a napon 8 és 18 óra között online fogadóóra is sor kerül az alábbi közösségi média-oldalainkon: facebook.com/fazakas.attila.jobbik, facebook.com/Marton.Roland.Szfvar, facebook.com/RacznFöldiJudit, facebook.com/barlabasandra/

Ezeket a felületeket is lehetőség van a kapcsolatfelvétellel, a kérdések, problémák megfogalmazására, megvitatására.

Márkafüggetlen,
teljes körű autójavítás.
**MŰSZAKI
VIZSGÁZTATÁS**
és eredetiség vizsgálat
MEGVÁRHATÓ!

**30.000 Ft feletti javítás esetén
RÉSZLETFIZETÉSI
LEHETŐSÉG!**

**motor
mechanic
autószerviz**

Székesfehérvár, Palánkai u. 1/A.
Tel.: 22/503-305, 30/3264-638
szerviz@motormechanic.hu
www.motormechanic.hu

Mészárovs Imre emlékére

(1946–2020)



Életének hetvenötödik esztendejében elhunyt Mészárovs Imre, a Noé-hegyi Szent István Borlovagrend nagymestere. Mészárovs Imre volt az, aki 2018-as megválasztása után a borrend munkáját új alapokra helyezte: a koronázóváros történelme, őseink és a múlt tisztelete valamint a legendák szerint a római korig visszanyúló Noé-hegyi szőlő- és borkultúra hagyományai stabil alapot szolgáltatottak a borlovagrend megerősödéséhez. Vezetésével a szervezet kiteljesítette hagyományait: a bort tisztelő, a szőlő- és bortermelő gazdákat, a pincészeteket, a hobbiöröslőket köré tömörítve, összetartó közösségé vált. Sokat tett azért, hogy a megalakulás óta eltelt évek során a borlovagrend letisztult, érettebbé vált és nemesedett is. Emlékét megőrizzük.

Egyedülálló esély KKV-k számára, hogy támogatást kapjanak termékfejlesztésben

Az európai népesség előregedik, és ezért az ápolókra nehezedő nyomás egyre inkább növekszik. Ez szükségessé teszi az időskorúak és a gondozók által széles körben alkalmazható innovatív, digitális alapú termékek használatát. A HoCare2.0 projekt lehetőséget biztosít a KKV-knak arra, hogy csatlakozzanak egy kísérleti teszthez, és útmutatást, valamint gyakorlati segítséget kapjanak a közös értékalkotás (co-creation) módszerének használatában, új termékük kifejlesztése során. A nyílt felhíváshoz ingyenesen csatlakozhatnak a jelentkezők.

Tudta, hogy 2060-ra minden harmadik európai lakos 65 évesnél idősebb lesz? Ez teszi az „Ezüstgazdaságot” az egyik leggyorsabban növekvő gazdasági ágazattá. A mostanában létrejött eszközök többsége már digitális alapú, ezért egyre nagyobb szükség van arra, hogy bevonjuk az időseket a termék fejlesztési folyamatába. Ez ugyanis javítja a termék elfogadását, mivel az úgy kerül kialakításra, hogy az kifejezetten az idősek igényeihez illeszkedik. S ez lehetőséget jelent az egészségügyi technológiák fejlesztése terén működő KKV-k számára.

„*Úgy gondoljuk, hogy az infokommunikációs technológiáknak nagy szerepe lehet az otthonápolás minőségének emelésében - mind az ápolók, mind az időskorúak számára*” – emelte ki a partnerség egyik magyar képviselője. „A HoCare2.0 projekt elsődleges célja egy olyan ökoszisztéma kialakítása volt, amelyben szorosan együttműködhetnek a Négyes Hélix szereplői. A Négyes Hélix a KKV-kat, az akadémiai szférát vagy kutatóintézeteket, az egészségügyi közszolgáltatókat, és az idős gondozásban részesülőket és családtagjaikat jelöli”- tette hozzá.



Az együttműködés előnyei

A Négyes Hélix képviselőivel folytatott együttműködés számos előnnyel jár. „A KKV-k közvetlen és egyszerű hozzáférést kapnak célcsoportjukhoz, valamint a kívánt területek szakértőjéhez. Nem felejtjük el az értékes visszajelzéseket, sem a projektpartnerek szakmai útmutatásait és tudását” – mondta a projekt egy német képviselője.

A Négyes Hélix résztvevői hat kategóriát határoztak meg, amelyek azokat a szükségleteket jelölik, ahol a legsürgősebb otthonápolási megoldásokat kifejleszteni. Ezek a következők:

- Az ellátáshoz kapcsolódó igények
- A mindennapi élethez kapcsolódó tevékenységek
- Az ellátottak önállósággal kapcsolatos igényei

- Társadalmi igények
- Érzelmi igények
- Információs igények

Mindegyik kategória több, pontosan körülhatárolt specifikus igényt tartalmaz, amelyek mielőbbi megoldására van szükség.

Felhívás a KKV-k-nak

A Közép-dunántúli Regionális Innovációs Ügynökség nemrégiben egy felhívást tett közzé azon KKV-k számára, akik az otthonápolás témaköréhez kapcsolódó termék fejlesztését tervezik. Ugyanakkor megoldást keresnek arra, hogy miként vonják be a célcsoportot a termék fejlesztésébe. A kifejlesztett eszköznek illeszkednie kell a fent említett kategóriák egyikébe.

A nyílt felhívás 2020. augusztus 31-ével zárul, ezt követően a Közép-dunántúli Regionális Innovációs Ügynökség kiválaszt két olyan pályázót, akik ingyen részt vehetnek a projektben. Ezután a kiválasztott két vállalkozás a közös értékalkotás módszerének gyakorlati alkalmazásával, valamint a Négyes Hélix és a Közép-dunántúli Regionális Innovációs Ügynökség közreműködésével létrehozza a termékét.

A végső cél két működő prototípus elkészítése és a piacra kerülési idő lerövidítése.

További információt találhat a <http://www.kdriu.hu/okos/webplan>, vagy vegye fel közvetlenül a kapcsolatot a Közép-dunántúli Regionális Innovációs Ügynökséggel az alábbi e-mail címen: csaba.bende@kdriu.hu

A HoCare2.0 projektről

A HoCare2.0 projekt az Interreg CENTRAL EUROPE program támogatásával valósul meg. A projektben 6 különböző közép-európai ország 11 partnere működik együtt, köztük a Cseh Köztársaságból, Németországból, Magyarországról, Olaszországból, Lengyelországból és Szlovéniából származó partnerek. Az Európai Regionális Fejlesztési Alap támogatásával a program különféle intézményeket támogat a közszolgáltatóktól kezdve a vállalkozásokat támogató szervezetekig, hogy együtt dolgozzanak a közép-európai innovációs kapacitás növelésén.

A projekt küldetése, hogy ügyfél-központú otthonápolási megoldások létrejöttét segítse a közös értékalkotás módszerének alkalmazásával. Ez azt jelenti, hogy a KKV-kat, a közszolgáltatókat, a kutatóintézeteket és a végfelhasználókat bevonjuk új, innovatív egészségügyi szolgáltatások vagy termékek kifejlesztésébe.

<https://www.interreg-central.eu/Content.Node/HoCare2.0.html>

A projekt az Interreg Central Europe Programból, az Európai Regionális Fejlesztési Alap támogatásával, az Európai Unió és a Magyar Állam társfinanszírozásával valósul meg. This transnational cooperation project is funded by Interreg CENTRAL EUROPE and aims to create sustainable linkages among innovation actors.



Saját forrásból fejlesztett a Dunafém

KOVÁCS SZILVIA

Kerítéselemek, dísztagyvak, de gyakorlatilag bármi elkészülhet az egyik fehérvári fémipari cégnél. A Dunafém '95 Kft. mintegy tízmillió forintos beruházás keretében egy modern lemezvágó és egy marógéppel bővítette eszközparkját, így még szélesebb körben tudja kiszolgálni ügyfeleit.

Az idén huszonöt esztendőös családi vállalkozás, Székesfehérvár és a megye piacvezető acéláruháza és fémipari szolgáltatócentruma a meglévő gépparkját bővítette: „Ebben az évben egy tízmillió forint értékű beruházást hajtottunk végre: két megmunkálógéppel bővít a palettánk. Az egyik egy fűrő-maró gép, ami furatok elhelyezését segíti,

így sokkal gyorsabban, pontosabban tudják majd a kollégák megmunkálni a kivágott acéllemezeket. A másik gép pedig egy NC-vezérlésű lemezdaraboló, amivel már a vékony lemezeket is fel tudjuk vágni az ügyfeleink kérésére.” – mondta el lapunknak Forsterné Kolosa Esztella, a cég résztulajdonosa.

A vállalkozás vezetősége büszke arra, hogy a nehéz gazdasági helyzetben is önerőből tudták bővíteni a szolgáltatások körét: „Miközben tombol a világvárvány, a Dunafém Kft. más cégekkel ellentétben önerőből tudja a fejlesztéseit folytatni. Fejlődik a szolgáltatóközpont, ennek forrásait hitel nélkül, magántőkéből fedeztük.” – tette hozzá Bedő István kereskedelmi igazgató.



Az új gépekkel még szélesebb termékkel, gyorsabban és sokoldalúan tudja a cég az igényeket kiszolgálni és növelni saját gyártású termékeinek portfólióját

Iskolák felújításáról is döntött a közgyűlés

BÁCSKAI GERGELY

Jóval több mint másfél milliárdos energiahatékonysági felújítás kezdődik számos székesfehérvári iskolában: komplex energetikai felújítás lesz a Munkácsyban, a Telekiben, a Hétvezérben, a Táncsicsban és a Vízivárosi iskolában, illetve további tizenöt intézményben szerelnek fel napelemes rendszereket.

Iskola- és óvodaépületek energetikai korszerűsítésére csoportosított át mintegy 1,6 milliárd forintos forrást a testület. Komplex energetikai felújítás lesz a Munkácsy iskolában, a Telekiben, a Hétvezérben, a Táncsicsban és a Vízivárosiban. Ezen intézmények esetében a homlokzat és a födém hőszigetelése mellett napelemes rendszert is kiépítenek. Ugyanílyan telepítenek a Bory Jenő, a Vörösmarty, a Németh László, a Tóvárosi, a Vasvári Pál, az Ezredéves, a Felsővárosi, a Széna téri, a Kossuth, az István Király és a

Zentai iskolában, továbbá a Gyöngyvirág, a Maroshegyi, a Tolnai úti és a Hosszúsétatéri óvodában is. Döntöttek arról is a képviselők, hogy a KÉPES Program keretén belül az Arany János Iskolában a vizesblokk felújítása mellett udvari játékokat telepítenek. A Zentai Úti Iskola udvarán szintén udvari játékokat telepítenek, és a Hétvezérben is az iskolaudvaron lesznek fejlesztések. Összesen huszonöt fehérvári gazdasági társaság több mint tizenégy millió forintot ajánlott fel a fenti célokra. Az összesen negyvenötmillióba kerülő beruházásokat a Városgondnokság szakemberei végzik el a nyáron. A Videoton Dolgozókért Alapítvány felajánlásával a Teleki kémia-szaktantermet újítják fel, ahol az elektromos és gépészeti felújítás mellett új padló- és falburkolatot építenek, de új berendezési tárgyak is lesznek a terebben. A fejlesztés tizenkétmillió forintba kerül.



A gazdasági program felülvizsgálatáról is döntött a közgyűlés

Megújul a Homok sor

KOVÁCS V. ORSOLYA

Újabb szakaszába lépett a Sóstó Természetvédelmi Terület és a stadion környékének megújítása. Ennek keretében a Homok sor burkolatának felújítására kerül sor: kicserélik az érintett ingatlanok ivóvíz-bekötővezetékét valamint kilencven férőhelyes parkolót alakítanak ki az egykori „vastelep” helyén.

A munkálatokat bruttó 235 millió forint értékben, állami forrásból végzi a kivitelező, 2021. februári átadással. A megmenthető fákat meghagyták, így alakult ki a férőhelyszám: a korábban elkészült parkolóval együtt több mint háromszáz hely áll rendelkezésre az arénával szemközti területen – mondta el lapunknak Mészáros

Attila alpolgármester. Amikor a parkoló elkészül, a második ütemben elkezdődik a Homok sor felújítása is.

A Homok sor burkolatfelújítása során a kiépítettség és a jelenlegi forgalmi rend nem változik. A felújítással a meglévő burkolat cseréje mellett mindkét oldalon rendezik a padkát, a járda hibáit kijavítják, fűvesítéssel frissítik fel a zöldfelületeket. A csapadékvíz-elvezetés módja nem változik, a meglévő zárt csapadékcatornát – két vízmegállás megszüntetése érdekében – két új víznyelővel bővítik.

A kivitelező nyolc hónap alatt végez a munkálatokkal, így a beruházás várhatóan jövő februárra készül el.



Kilencven férőhelyes parkolót alakítanak ki

Újdonságok Sóstón

KOVÁCS V. ORSOLYA

Bővítik a Sóstó-látogatóközpont szolgáltatásait.

A Sóstó-látogatóközpont tavalyi megnyitása óta szerzett tapasztalatok nyomán a Székesfehérvári Turisztikai Kft. új szolgáltatások indítását kezdeményezte. Az egyik a családi kaland, melyet a látogatóközpont nyitvatartási idejében lehet igénybe venni: a családok egy háromórás ökotúrán vehetnek részt játékos, gyerekekre szabott feladatokkal kiegészítve.

A másik újdonság a születésnapisúrók megtartására kidolgozott program, mely elsősorban a helyi lakosoknak szól.

Elindult a Sóstó honlapja

Az új szolgáltatásokat is megismerhetik az érdeklődők a Sóstó vadonatúj honlapján, a www.sostoszékesfehérvár.hu oldalon, mely önkormányzati forrásból valósult meg. A portál egyedi fejlesztésű, rendkívül szép és informatív, 360 fokos digitális túrát is tartalmaz, sőt a tanösvény túraútvonalai is bejárhatók a segítségével.

Családokat vár a látogatóközpont

A Sóstó népszerűségét mutatja, hogy a Magyar Turisztikai Ügynökség és a Magyar Turizmus Szövetség Alapítvány által



Játékos szülinapi zsúrokat is tarthatnak a gyerekek

kezdeményezett Hol vagy, Kajla? országos programba is integrálták a helyszínt. Idén nyáron is folytatódik a program, melynek keretében sok ezer család indul útnak, hogy a kisiskolások Kajla-útlevelével felfedezzék az országot.

Acsa Szücs Imre emlékkiállítás

VAKLER LAJOS

Egy esztendeje nincs köztünk Acsa Szücs Imre, a magyar képzőművészet egyik kimagasló tehetségű alkotója, a Székesfehérvári Művészek Társasága tagja. Változatos grafikai és festészeti technikákkal kísérletezett és dolgozott.

Szücs Erzsébet művészettörténész-ként és testvérként is hitelesen fogalmazta meg azt az alkotói életutat, amely ma már csak Acsa Szücs Imre műveiben jelenhet meg: „A társaságból, a fehérvári műhelyből is egyre többen csinálnak visszatérő kiállításokat. Pinke Miklóssal és Jónás Attilával is igyekszem foglalkozni, hiszen a fehérváriaknak nagyon fontosak a hetvenes-nyolcvanas évek. Amikor Ujházi Péter a diploma után Székes-

fehérvárra került, olyan közösségteremtő műhelyt hozott létre, amittől kinyílt az itteni huszonévesek szeme. Egyre többet tekinthetünk vissza Acsa Szücs Imre életművéből is ezekre az időkre. Ilyenkor az ember rájön arra, hogy a művészekben mindig mennyi előérzet van. Ő a hetvenes években, a Flaska sorozatban csupa pillepalackot használt. Ugyan ki gondolta akkor, hogy a világ egyik legnagyobb baja a palackok összeállt szemétszigetei lesznek a tengereken? Egy kicsit mindig vatesz, előrelátó, érzékeny ember az, aki művésszé lesz. A művészettörténész is azt gondolja, hogy ezek természetes dolgok, így kell, hogy legyen ahhoz, hogy valaki maradandót, és ne a kor stílusának, divatjának megfelelő egyszerű ábrákat, szabadekorációkat hozzon létre.”



Acsa Szücs Imre alkotásai augusztus hetedikéig tekinthetők meg a Pelikán Galériában

Szigetkoncert Händellel

VAKLER LAJOS

Burján Gabriella, az Alba Regia Szimfonikus Zenekar első hegedűse mert nagyot álmodni, s ha már így történt, a város megteremtette annak lehetőségét, hogy a megszüpült Csónakázó-tó szigetén hagyományteremtő módon először csendülhessen fel klasszikus muzsika, stílszerűen Händel Vízizene című darabja.

Mészáros Attila alpolgármester köszöntötte a művés dallamok kedvelőit: „Az elmúlt hetek, hónapok mindenki számára nagyon nehezek voltak. Joggal mondhatjuk, hogy ami leginkább hiányzott Székesfehérváron, az a kultúra és a sport. Reméljük, hogy ez a négy hónap soha többé nem fog visszajönni, de ebben valamennyiünknek felelőssége, feladata van! Nekünk, a város vezetőinek az a feladatunk,

hogy azokat a kulturális értékeket, amelyek megszülettek az elmúlt években, a nehéz gazdasági helyzetben se engedjük el. Ennek példája az Alba Regia Szimfonikus Zenekar mai koncertje is.”

A szigeten és a tavat körülölelő fák árnyékában, sőt a Vitál Klub jóvoltából a csónakokból is megannyi komolyzene-rajongó választotta kikapcsolódásul a rendhagyó koncertet. A barokk mester darabja Selmeczi Gábor koncertmester vezetésével kivételes élményt nyújtott: az a fajta méltóság övezte, amely minden Händel-mű sajátja. A rendezvény háziasszonyaként Kiss Diána Magdolnát, a Vörösmarty Színház művészt köszönhetjük, aki egy Kaffka Margit-verssel járult hozzá a felejthetetlen esthez.



Kivételes zenei élményben volt része a zenebarátoknak a Csónakázó-tónál

Családi nap tenisszel

NEÜCHEL BALÁZS

Teniszezni vágyó családokat várt a Kiskút Teniszkлуб szombaton. Az élménynapon a tenisz mellett a résztvevők a klubbal is megismerkedhettek, de azoknak is akadt program, akik még kicsik az ütőhöz.

A sportnap középpontjában a klub életének bemutatása és a sport élményének megszerettetése állt. A nap fénypontja a családi tenisztorna volt, ahol szülő és gyermeke párban alkotta a csapatot. A legjobban várt program ez volt, de nem az egyetlen elfoglaltság, amit a klub aznap biz-

tosított a vendégeknek: „Délelőtt tíz órától tartottunk egy közös teniszedzést mindenkinek, ahol bárki labdába üthetett szervezett körülmények között. Ezt szabadfoglalkozás követte.” – mesélte Friczka Fanni teniszedző. – „Kipróbálhatták a látogatók a spinningtermet közös spinningedzés keretein belül, majd családi tenisztorna kezdődött a szülő-gyerekek párosokkal.”

Egyéb kísérőprogramok is színesítették az élményt, így jól szórakozhattak azok is, akik még túl kicsik voltak egy labdamenethez, vagy éppen azok, akik aktívan akartak pihenni két ütőfogás között.



Szülők és gyerekek is játszottak

Kiss Lászlóval a természetben

VAKLER LAJOS

Az ígéret szép szó – tartja a mondás. Az elmúlt év októberében Kiss László fotográfus kollégánk által megfogalmazott gondolat – miszerint a fotóriporter városunk rejtett csodáit mutatja meg eszköztelenül, de mégis művészi és hiteles módon, ha úgy tetszik, feketén-fehéren – tettekben folytatódott.

A koronavírus-járvány idején született képeken a sokszínű természet adta benyomásokat láthatjuk, melyek tudatos ihletője a fű, a fa, a

virág mélységesen letisztult, mondhatni köznapi ábrázolásmóddal.

De mégsem, mert annyira a miénk a tájat övező emberi gondolat, hogy hiába semmi művi nincs benne, csak írjuk és mondjuk mintegy idézőjelben: nagyon is mi vagyunk nagyon is hétköznapi útjainkon! A nyitott szemmel járó székesfehérváriak körében bizonyosan népszerű lesz a Pelikán udvar szomszédságában közszemlére állított galéria, mi pedig várjuk a következőt!



Fotók a mindennapokról – kicsit másként!

Nyáron több a baleset?

KOVÁCS V. ORSOLYA, KURUCZ TÜNDE

A hőség miatt figyelmetlenebb lehet a közlekedés minden résztvevője – frontok idején különösen megnő a veszély. Előzzük meg az ebből adódó tragédiákat!

Összeütközött két autó a Sarló utcában, elgázolt egy szabálytalanul átkelő tizenévest egy teherautó a Szekfű Gyula utcában. Személyautó és teherautó ütközött a 62-es főúton, árokba csapódott egy autó az Úrhidai úton, több autó ütközött az Új Csóri úti körforgalomnál, felborult egy kamion az elkerülőn, személyautó és kisteherautó ütközött az autópályán. Csak néhány azok közül a balesetek közül, melyek városunk térségében történtek július második hetében. Okozhat-e figyelmetlenséget a nyári hőség? Ennek jártunk utána.

Változtassunk a statisztikán!

Mint Pápai Esztertől, a Fejér Megyei Rendőr-főkapitányság kommunikációs referensétől megtudtuk, a statisztikai adatok alapján a nyári hónapokban megemelkedik az anyagi kárral valamint a személyi sérüléssel járó közúti balesetek száma: „A hőséghez mindenki eltérő módon alkalmazkodik, és ez önmagában is jelentős veszélyforrás lehet a közlekedésben. A járművezetők ugyanis ilyenkor jellemzően kevésbé tudnak koncentrálni, a megszokottnál figyelmetlenebbek, nem veszik észre a közúti jelzéseket vagy későn reagálnak a kialakult közlekedési szituációra, esetleges veszélyhelyzetre. A koncentráció hiányosságai miatt a reakcióidő hosszabbá válik, a reflexek tompulnak és megnő a vezetéstechnikai hiba lehetősége. A melegben a közlekedők többnyire türelmesebbek, hamarabb



Fotó: Somos Máté

Itt gázolta el a tizenhét éves teherautó

elvesztik önkontrolljukat, így hajlamosabbak a szabályszegésekre.”

A magyarok érzékenyek a frontra

Kutatások szerint európai szinten a magyarok az egyik legérzékenyebbek a frontokra. A helyzet az sem javít, hogy a Kárpát-medencén hetente átlagosan két front halad keresztül.

Farkas Zoltán fehérvári háziorvos elmondta, hogy a frontok érkezésekor a légnyomás is változik, amelyre az érzékszerv rugalmas csökként reagál: „Hidegfront esetén összehúzódnak az erek, kevesebb lesz bennük a vér. Ilyenkor feszültebbnek, stresszesebbnek érezhetjük magunkat. A különféle görcsök, például a fejfájás, a migrén vagy az epegörcs is gyakoribbak.”

A hidegfronti hatás a figyelemre is kihat. Emiatt előfordulhat számolástevesztés, esetleg boltokban a bankkártya PIN-kódjának elütése, sőt a közlekedési balesetek is megszaporodhatnak.

„Az utakon a reakcióidőnk alapvetően a változás zavarja meg, amin a

hidegfront okozta stressz- és feszültségérzet tovább ronthat.” – Farkas Zoltán azt szokta tanácsolni a pácienseknek, hogy a front érkezése előtti két napon emeljék meg a napi folyadékfogyasztásukat. – „Az alacsony alkoholtartalmú italok, mint a bor és a sör, nem pótolják a folyadékot, mert vizet vonnak ki a szervezetből. A kávéval is hasonló a helyzet: ha egy csészével elfogyasztunk, akkor mindig igyunk utána legalább ugyanannyi vizet, hogy pótoljuk a folyadékot!”

Ezenfelül érdemes bevenni plusz magnéziumot, kalciumot vagy cinket, mert ezek csökkentik a szervezet görcskészségét.

Melegfront esetén kitágulnak az erek, ezért a különböző szervekben növekszik a vérkeringés. Ez azoknak a pácienseknek okoz gondot, akiknek visszér- és vénatágulata van: „Melegfronti hatásnál gyakori a nehézláb-érzés, de járászavar is okozhat problémát. Elnehezedünk, lelassulunk, mert a szervezetünk több vizet tart vissza. Ilyenkor a napi szokásos séta vagy biciklizés is megterhelő lehet.”

A háziorvos azt tanácsolja, hogy a melegfrontra érzékenyek ilyenkor vízajtó gyógyteakeverékeket, például csalánteát igyanak!



Fotó: Németh Krisztián

Felborult kamion az elkerülőn

A rendőrség tanácsai a nyári hónapokra

- ☛ Gépjárművezetőként fokozott óvatossággal, kellő önmérséklettel és a közlekedési szabályokat betartva közlekedjenek!
- ☛ Haladásuk során tartsanak nagyobb követési távolságot és legyenek türelmesebbek, ha az utak zsúfolttá válnak!
- ☛ A nagy hőségben fogyasszanak az átlagnál nagyobb mennyiségű folyadékot, és mindig legyen önkönlé ásványvíz!
- ☛ Indulás előtt szellőztetéssel, a klímaberendezés használatával hűtsék le járművük utasterét!
- ☛ Hosszabb utak alkalmával tartsanak többször rövidebb pihenőket!
- ☛ Soha ne induljanak útnak lapos, alacsony nyomású gumikkal! És azt se felejtsek el, hogy nyáron a téli gumibronccsal közlekedő gépkocsik nemcsak több üzemanyagot fogyasztanak, hanem fékútjuk is megnő!

Gyalogosként és kerékpárosként érdemes megfogadni az alábbi ajánlásokat:

- ☛ Kerüljék az álló járművek mögüli úttestre lépést, válasszák a kijelölt gyalogosátkelőhelyet!
- ☛ A gyalogosoknak a járdán kell közlekedniük, ahol járda nincs, ott a leállósávon, az útpadkán vagy a kerékpárúton!
- ☛ Olyan helyen, ahol a járművekkel szemben nincs elsőbbségük, csak akkor lépjenek az úttestre, ha meggyőződtek arról, hogy áthaladásukkal a járműforgalmat nem zavarják!
- ☛ Éjszaka és korlátozott látási viszonyok között a sötét ruházat nehezen észlelhető. Lehetőség szerint ilyenkor viseljenek élénk színű, jól látható ruhadarabokat vagy tegyenek táskájukra láthatóságot elősegítő eszközöket!
- ☛ Kerékpárral kerékpárúton vagy az úttest jobb szélén lévő kerékpársávon, ahol ilyen nincs, a leállósávon vagy az útpadkán, végső esetben az úttesten közlekedjenek!
- ☛ Kerékpárjukat kellően világítsák ki, és éjszaka, korlátozott látási viszonyok között lakott területen kívül vegyék fel a láthatósági mellényt!

Fő a türelem!

Takács Róbert székesfehérvári kamionsofőr elmondta, hogy a figyelem és a türelem, a közlekedés minden résztvevőjére való odafigyelés a biztonság alapja: „Nemcsak kamionnal, de biciklivel, robogóval és személygépkocsival is közlekedem, mindegyik nézőpontot ismerem. Amikor beülök az autóba, nem csak előre figyelek. A kereszteződésben – hiába van elsőbbségem – pásztázom a nagy tükröket, minden irányba nézek. A nagy melegben szellőztetem a járművet, letekerem az ablakot, sok vizet iszom. Szerintem az egyik veszélyforrás az, hogy a kerékpárosok számára nincs kötelező KRESZ-oktatás, nem ismerik eléggé a szabályokat!”



Fotó: Kiss László

Új szerv, új esély, új élet

KISS-DÁVID RENÁTA

Közösséget kovácsolnak, tanácsokkal látják el egymást, információt cserélnek, sorstársként tekintenek egymásra: hazánkban egy kisvárosi ember él valamilyen új szervvel.

Közel ötezer transzplantált él hazánkban. Rengeteg közösség és szervezet munkálkodik azon, hogy életüket megkönnyítsék. A Magyar Szervátültetettek Szövetségének húsz tagegyesülete működik, közülük ezúttal a Szív- és Tüdőátültetettek Egyesületével találkoztunk, melynek tagjai a Pákozd-Sukorói Arborétum és Vadasparkba tagtoborzást szerveztek, hogy információkat, tapasztalatokat cseréljenek egymással.

Kissné Diner Andrea nyolc éve él új tüdővel, s mint az egyesület egyik társelnöke, azt mondja, azért vállalta annak idején a hatalmas kockázattal járó beavatkozást, mert ez volt az egyetlen lehetősége az új élet megteremtéséhez. Pataki Csilla társelnök pedig közel két éve kapott új szívet. Azt szeretné, ha minél több sorstársa található a új közösségre csapatukban. Jelenleg is több ezren vannak várólistán, akik az új élet reményében néznek szembe a mindannappal, betegséjükkel. Az emberiség ősi



A transzplantáltak olyan helyet választottak, ahol biztonságban kirándulhattak

álma volt, hogy eltávolíthasson egy nem gyógyítható, beteg szervet, és azt egy egészséges szerv beültetésével pótolja. A szervtranszplantációval vált ez az álom valósággá. Hazánkban ma már évente ötszáz transzplantációt végeznek. Az elmúlt fél évszázad során a szervátültetés világszerte bevált gyakorlattá vált. Az utóbbi két évtizedben a transzplantációk száma folyamatosan növekedett. Napjainkban ez a beavatkozás nemcsak, hogy a legköltséghatékonyabb kezelés, de

sokszor az egyetlen rendelkezésre álló eljárás, ami megmentheti a beteg életét.

A szervátültetések országos illetve nemzetközi összefogás keretei között, átlátható, nyomon követhető módon történnek. Csak ilyen jellegű beavatkozásokra felkészült centrumokban végzik ezeket az operációkat. A donorszerveket biztosító intézmények a transzplantációs központoktól függetlenül működnek, a két oldal között azonban koordinátorszervezetek

tartják a kapcsolatot. Magyarország 2012-ben csatlakozott az Eurotransplant Alapítványhoz, mely a leghatékonyabb módon és a leggyorsabban veszi fel tagközpontjaival a kapcsolatot átültethető szerv esetén. Ezután riasztják a listán lévő páciens, aki bármikor jelzést kaphat. A beteget azonnal kórházba szállítják, hiszen a beültetendő szerv nem sokáig használható fel. Az intézményben a beteget a lehető leghamarabb vizsgálatoknak vetik alá, melyekkel kiderítik, megfelelő-e számára a donorszerv, s ha igen, megkezdődik a műtéti felkészülés, majd a többórás operáció. A szervátültetésnek azonban vannak kockázatai. A műtét során az egyik fontos követelmény, hogy minimális szintre csökkenjen a betegségek átadásának kockázata. A szervezethez, a szaktudás, a korszerű technológia és a legfejlettebb orvosi eljárások alkalmazása jelentős mértékben csökkenti a szervátültetés veszélyeit. A műtétet követően – ha nem lép fel komplikáció, szervkilökődés – a páciens körülbelül négy hetet tölt kórházban, ez idő alatt megfigyelik, adott esetben kezelik, s felkészítik az új életre, melynek legfontosabb feltétele az elővigyázatosság, az óvatosság.

Apás szülés újra

KOVÁCS V. ORSOLYA

Feloldották a látogatási tilalmat a fehérvári szülészeten, újra bemehetnek az apukák a szülésekre.



Fotó: Kiss László archív

Július nyolcadikától a Szent György Kórház szülészeti osztályán megszűnt a látogatási tilalom, azóta lehetőség van apás szülésre is. A látogatóknak maszk viselése kötelező. Amennyiben az osztályon koronavírus-fertőzés gyanúját észlelik, az osztályvezető főorvos látogatási tilalmat rendelhet el illetve újra betilthatja az apás szülést.



SZÉPHŐ

A SZÉPHŐ Zrt. bérbeadásra meghirdeti az alábbi ingatlanokat:

Iroda:

A Honvéd u. 1. szám alatti irodaépületben:

- 22 m² alapterületű irodahelyiség
- 38 m² alapterületű irodahelyiség

Fűtött raktár:

A Mura u. 2. szám alatti telephelyen:

- 228 m² alapterületű fűtött raktárhelyiség

Vállaljuk rövid határidővel lakások, telephelyek értékbecslését, kedvező áron ingatlanok energia tanúsítását!

Érdeklődés:

SZÉPHŐ Zrt., 8000 Székesfehérvár, Honvéd u. 1. szám alatti ügyfélszolgálatán.

Az ingatlanok megtekintése kizárólag előre egyeztetett időpontban történhet.

Telefon: 22/541-307

e-mail: info@szepho.hu; uzemeltetes@szepho.hu

Hogy előzzük meg a csontritkulást?

KOVÁCS V. ORSOLYA

Elsősorban genetikai tényezők felelősek a csontritkulás kialakulásáért, de mozgással és megfelelő kalciumbevitellel tehetünk ellene!

Kiket fenyeget a csontritkulás?

Ez bizony nagyrészt a genetikánkon múlik. Hatvan-nyolcvan százalékban a szülőktől örökölt gének határozzák meg, mennyi fiatalkorban az úgynevezett csúcscsonttömegünk, és azt követően milyen mértékű a csontvesztés. Az egyéb kockázati tényezők tehát mindössze húsz-egyen százalékban esnek latba. Ez sem elhanyagolható szám azonban, sokat tehetünk tehát mi magunk is, hogy csontjaink egészségesek maradjanak az évek során! A kalcium az emberi test össztömegének másfél százalékát alkotja. A csontok és fogak felépítése mellett a sejtfolyamatok szabályozásában, a hormonképződésben, az információátvitelben, az izom- és idegingerlésben, a vérárvadásban is részt vesz. A kalcium optimális bevitelének mennyisége az életkor



Fotó: Bácskai Gergely

A rendszeres mozgással is sokat tehetünk a csontritkulás megelőzéséért!

és a hormonális behatások függvényében is változik.

A kamaszkor jelentősége

A napi beépülés a tizenéves kor elején a legmagasabb, így az

általános és középiskolákban a legnagyobb a súlya a megelőzésnek. A korábban több alkalommal is elindított iskolatejprogram vagy a mozgásprevenációs programok is ezért bírnak nagy jelentőséggel. A napi kalciumbevitel minimumigé-

nye nyolcszáz-ezerkétszáz milligramm gyermekkorban, ezerkétszáz-ezeröttszáz milligramm serdülőkorban, ezer milligramm felnőttkorban, azonban a menopausa tájékán megnövekszik ezerezeröttszáz milligrammra.

Egy átlagos magyar négy-hatszáz milligramm kalciumot visz be a szervezetébe – ennek is jelentős részét kenyérrrel – ami jó esetben is csak fele-harmada a kívánt értéknek. A megelőzés egyik legfontosabb eleme a megfelelő mennyiségű kalcium bevitel!

Ezt együk, hogy jól tegyen!

A magas kalciumtartalmú élelmiszerek közé sorolhatjuk a sajtokat, az olajos magvakat, a tejet, a túrót, a joghurtot, a halakat. A különböző divatfogyókúrák gyakran eredményeznek elégtelen kalciumbevitelt. Ha diétázunk vagy bármilyen okból egyoldalúan táplálkozunk, érdemes figyelmet fordítani a kalcium pótlására!

Több, mint 50 szakember, több, mint 40 féle felnőtt és gyermek szakrendelés 4 épületben, immár 8 éve az Önök szolgálatában.

FELNŐTT SZAKRENDELÉSEK:

- Vértétel (H-Sz)
- Kardiológia
- Belgyógyászat
- Ultrahang
- Endokrinológia
- Idegsebészet
- Ortopédia
- Urológia
- Immunológia
- Sebészet
- Érsebészet
- Reumatológia
- Diabetológia
- Dietetika
- Gasztroenterológia
- Nefrológia
- Fül-orr-gégészlet
- Hepatológia
- Neurológia
- Bőrgyógyászat
- Afázia terápia
- Neurofiziológia, ENG - EMG vizsgálat
- Hematológia
- Obezitológia
- Lipidológia
- Aspirációs citológia
- Pacemaker gondozás

GYERMEK SZAKRENDELÉSEK:

- Csecsemő- és gyermek vérvétel (H-Sz)
- Csecsemő- és gyermek ortopédia
- Csecsemő csípőszűrés ultrahanggal
- Csecsemő és gyermekgyógyászat
- Csecsemő- és gyermek gasztroenterológia
- Csecsemő-, és gyermekkardiológia
- Gyermek- és ifjúságpszichológia
- Fül-orr-gégészlet
- Ultrahang
- Dietetika
- Csecsemő- és gyermek endokrinológia
- Csecsemő- és gyermek diabetológia
- Gyermekallergológia és immunológia
- Gyermekinfektológia
- Gyermeksebészet
- Gyermekpulmonológia
- Gyermek- és ifjúságpszichiátria
- Gyermekneurológia

EGYÉB SZOLGÁLTATÁSOK:

- Arcesztétikai kezelések (botox, hialuronsav)
- H2 kilégzésvizsgálat
- Folyamatos vércukor monitorozó szenzor (CGM)
- Felnőtt/gyermek gyógytorna (PI: Schrott terápia, McKenzie terápia)
- SOS diagnosztika ujjbegyből vett minta alapján (CRP – gyulladási szint, HGBA1C – 3 havi vércukor átlag)
- Afázia terápia (agysérülés utáni beszédfejlesztés)
- Svédmasszázs

Pácienseink részére ingyenes privát parkoló áll rendelkezésre.



Székesfehérvár, Nagy László u. 1.
Bejelentkezés:
06 30/534-3121 • www.mentahaz.hu

Lélegeztetőgépek a kórháznak

RÁBA HENRIETTA

Két lélegeztetőgéppel gazdagodott a Szent György Kórház. A PatikaPlus adományát az intenzív osztályon használják majd.

Csúcstechnológiájú lélegeztetőgépek segítik ezután az intenzív terápiát a kórházban. Ez a típusú lélegeztetőgép jelenleg a világon a legjobb, augusztusra érkezik belőle a második az intézménybe. Az eszközök a PatikaPlus adományai. „Mivel Fehérvárhoz kötődünk, ezért felvetődött bennünk, hogy ott tudunk legjobban segíteni a vészhelyzet idején, ahol a legjobban lehet.” – emelte ki Osztotics Ferenc ügyvezető. – „Ezért gondoltuk azt, hogy társadalmi szerepvállalás keretében két csúcstechnoló-

giájú gépet fogunk a gyógyszertárak extra bevételeiből visszaforgatni az egészségügybe. Ennek a legcélszerűbb módja, hogy lélegeztetőgépet vásároljunk.”

A koronavírus-járvány ideje alatt is nagy feladata volt a betegellátásban a kórháznak. A két új lélegeztetőgép a páciensek szövődemények nélküli gyógyulásában is segítséget nyújthat majd.

„A kórház intenzív osztálya az egyik legnagyobb az országban. Közel negyven beteget tudunk ellátni intenzív terápia formájában. Ez a két gép segítséget jelent, hiszen olyan csúcstechnológiát képviselnek, amiből nagyon kevés van az országban.” – hangsúlyozta Bucsi László, a kórház főigazgatója.



Fotó: Jémesvári Márta

A két gép összértéke húszmillió forint

Az olvasó futó, aki nem futólag olvas

Barkóczy Gábor kastélyfutó története

LÁSZLÓ-TAKÁCS KRISZTINA

Sélei Erzsébet Fejér megyei kastélyokról szóló írásait olvasóinknak talán nem kell bemutatni, hiszen szerzőnk évek óta rendszeresen jelentkezik a város szűkebb-tágabb környékének történelmi érdekességeivel. Most egy olyan olvasónkat mutatjuk be, aki rendszeresen fellapozza történelmi rovatunkat, hogy új inspirációt szerezzen futásaihoz. Azt már előre elárulhatjuk, hogy nincs a megyében olyan kastély, ahonnan Barkóczy Gábor ne futott volna haza Fehérvárra!

Ki a mezőre!

Van úgy, hogy az ember élete derekán talál rá egy neki való mozgásformára. Barkóczy Gábor valamivel negyvenéves kora előtt kezdett el futni: „Feketehegyen lakunk, ott is a legszélsebb utcában. Gondoltam, itt vannak a közelben a kiskertek földútjai, természetközvetben pedig jó mozogni! Adta magát a dolog: otthonról el tudok indulni, nem kell különösebb felszerelés sem, csupán egy futócipő. Nekiindultam a sárréti résznek, ki a mezőre.”

Gábor néhány kilométerrel kezdte, és fokozatosan növelte a távot:

„Csináltam egy Feketehegy-kört, ami hat és fél kilométer, majd ez bővült ki. Nagyon hamar megtapasztaltam, hogy jól megy a futás és jót tesz nekem!” – Pedig előtte nem spor-



Foto: Kiss László

A fehérvárcsurgói Károlyi-kastélynál

tolt aktívan, csak néha mozgott ezt-azt, végül a futás lett az, ami rendszeressé vált. – „Talán nem vé-

letlen, hogy negyvenéves korom körül kezdtem el rendszeresen sportolni, hiszen egészségesen szeretnék élni.”

Szabadság a kilométerekben

Ha az ember egy izzadt, egyhangúan futó alakot lát, nem feltétlenül a szabadság jut eszébe róla. Pedig muszáj néha kitörni a mindennapok kötöttségeiből, elvárásaiból, akkor tudjuk igazán megismerni, megélni önmagunkat! Gábor számára ezt jelenti a futás: „Sokan rosszul értelmezik: ez nem elszaladás a problémák elől! Inkább egyfajta szembenézés ez, ami szabadságérzéssel párosul – miközben természetközvetben vagyok, ami feltölt.”

A töltekezés nem csupán testileg, de szellemileg is fontos, így szélesedett ki idővel Gábor futóprojektje, és kapott új célt – persze a már meglévő előnyök megtartásával.

Így lesz valaki kastélyfutó

„2014-ben a családdal megnéztük a nádasdladányi kastélyt. Egyszerű kirándulásnak indult, mint máskor. Aztán ott eszembe jutott, hogy a kocsiban van a futócipőm, miért ne futhatnék onnan haza? Nádasdladány tizenhét kilométerre fekszik Fehérvártól, addigra már futottam akkora



Foto: Barkóczy Gábor

Alsószentiván, Szluha-kastély

Horoszkóp

július 16. – július 22.



Judy jósnő

www.facebook.com/judyjos21/

Kos 3. 21. – 4. 20.

A múltból megoldatlan kérdések és nehézségek merülnek fel a héten, amelyek sürgős és azonnali figyelmet igényelnek. Ezeket a problémákat határozottan kell megoldania, egyszer és mindenkorra!

Bika 4. 21. – 5. 20.

Nagy nyomás nehezedik a vállára, de nem kell megijednie, mer hamar megoldódnak a problémák. Gondolatai a szerelem körül forognak. A párban élők a közös tervezik. Az egyedülállóknak villámcsapásként jöhet a szerelem az életükbe.

Ikrek 5. 21. – 6. 21.

Jó hírt tartogat a hét egy fontos ügy kapcsán. Ez sok motivációt adhat és új lendületet, aminek hasznát fogja venni a napokban. A munkahelyén kissé felhalmozódhatnak a feladatok, de jól halad velük.

Rák 6. 22. – 7. 22.

A kapcsolatban élők harmonikus időszakot élnek meg párjukkal. Akik még csak keresik a szerelmet, azoknak az az életébe is betoppanhat valaki, csak legyenek nyitottak rá!

Oroszlán 7. 23. – 8. 22.

Munkahelyén jelenleg bizonytalan a helyzet, ez frusztrálja, ezért sokat gondolkodik újabb lehetőségeken. Ha kap egy kedvező ajánlatot, fogadja el, így felszabadul a nyomás alól! Szerelmi életében pozitív változás várható.

Szűz 8. 23. – 9. 22.

Kétségei lehetnek, hogy egy dologért érdemes-e tovább küzdenie vagy sem. Figyeljen a belső hangra, és vegye sorra a lehetőségeket! Párjával beszéljenek őszintén, hogy mit szeretnének igazán! Sok problémát meg tudnak oldani ezzel.

távot.” – meséli Gábor. Persze a futás akkor jó, ha nem autótúton történik, ezért nem mindegy, az ember hogy tudja megtervezni az útvonalat! – „Akkor már ismertem azt a részt, ahol egy mezei ösvény vezet Sárszentmihályról Fehérvárra. Ez azóta már nincs meg, mert megépítették az elkerülőt. Amikor ezt az első kastélyfutást befejeztem, már kitaláltam, mi lesz a következő cél: feltérképezem a környező kastélyokat! Aztán szépen sorban jöttem is, velük együtt az egyre komolyabb távok.” A leghosszabb futás hatvannyalc kilométeres volt: Gábor a vajtai kastélyból futott haza.

Magyarország Loire-völgye

„Sokan nem is tudják, hogy Fejér megye a mi Loire-völgyünk: rengeteg kastély van a környéken!” – hívja fel a figyelmet Barkóczy Gábor, aki igencsak elcsodálkozott, amikor elkezdett kutakodni, milyen kulturális és építészeti emlékeink vannak itt, a közelben. – „Amellett, hogy elmegyünk külföldre vagy az ország távolabbi tájaira, nézzünk körül a saját házunk táján is! Csak Fejér megyében hatvanöt kastélyt találhatunk.” A legtöbb esetben a családdal megy autóval. Megnézik a helyi látnivalókat, a kastélyt, majd Gábor hazafut Székesfehérvárra: „Rengeteg fotót készítek útközben, mert nekem a futás nem a rohanást jelenti, hanem éppen a lelassulást!” Sokan azt gondolják, hogy több órán keresztül futni unalmas. Gábor pont az ellenkezőjét állítja: „Van, hogy kifelé figyelek, észreveszem a környezet szépségeit, és ilyenkor máshogy látom a világot. De van olyan, hogy egy kicsit unalmasabb környéken futok, akkor befelé figyelek. Ilyenkor olyan dol-

gokat is át tudok gondolni, amiket a hétköznapi életben nem. De van olyan is, hogy nem gondolok semmire, mert néha az is kell!” Kalandok is akadnak a kilométerek alatt. Mert mi van, ha az ember belefut egy vaddisznócsordába? „Először csak eggyel találkoztam: azonnal elkezdtem futni a másik irányba. Egy tisztásra érve azonban harminc vaddisznót láttam meg. Nem volt kérdés, hogy inkább az előbbi egyet vállalom be, mint a harmincat, így újra visszafordultam. Szerencsére megúsztam ép bőrrel, az állat közben továbbállt.” Nyúllal, őzrel mindig találkozik, miközben felfedezi az autótúton kívüli útvonalakat a környező települések felé.

Hiánypótló írások mentén

Gábor néhány éve már úzta a kastélyfutást, amikor észrevette a Fehérvár magazinban Séllei Erzsébet Fejér megyei kastélyokról szóló írásait: „Kigyűjtöttem ezeket, mert nagyon sok érdekesség van bennük, és az ember egészen máshogy lát egy régi, valaha fényűző épületet, ha tudja, milyen volt ott az élet, milyen sorsuk volt azoknak a családoknak, akik a kastélyban laktak. Erről eddig még nem jelent meg összefoglaló munka, ezért én az újságban közlök kastélyos írásokat összefűztem magamnak.” Aztán amikor olvasta lapunkban, hogy könyvben is kiadják a kastélytörténeteket, megkereste Séllei Erzsébetet, hogy megtudja, mikor jelenik meg a kötet: „Nagyon jól elbeszélgettünk, mondtam, hogy vannak fotóim ezekről a kastélyfutásokról. Vagyis a közös érdeklődés hozott össze minket. Nagyon egyediek Séllei Erzsébet történetei, más stílusban íródnak, mint egy lexikonban, mert nemcsak a történelmi eseményekre, dátumokra

koncentrál, hanem az életre, ami egy-egy kastélyban zajlott. A Zichyekről nagyon sokat meg lehetett tudni, de ugyanígy a Károlyiakról, a Nádasdyakról.”

szumot kötött a családdal – hiszen két gyermeke is van, egy huszonkét éves fia és egy tizenegy éves lánya – most hetente ötven kilométert fut:



Fotó: Barkóczy Gábor

Gábor leghosszabb kastélyfutása a Fehérvártól hatvannyalc kilométerre lévő vajtai kastély elől indult

Mindig hazaérni!

Volt időszak, amikor Gábor túlzásba vitte hobbját, így kompromisz-

„Hogy közben mit érzek, az egy dolog. De az, amikor hazaérek, fantasztikus érzés! Mert hazafutottam, megérkeztem, itthon vagyok, és ez jó dolog!”

m 59
ÜZLETI PARK

„Én is itt bérelek, mert a csarnok az M7-es autópálya mellett van.”

RAKTÁRAK, MŰHELYEK
22 / 500-153

Interex-WAGA Kft.
Mahovszky Miklós
cégvezető

Mérleg 9. 23. – 10. 22.

Harmonikus hét lesz ez a kapcsolatban élőknek. Munka illetve anyagiak területén megtorpanás várható. Ezt az időszakot át kell vészelni, amit viszont kedvező változás követ. Legyen türelmes, megéri!

Skorpió 10. 23. – 11. 22.

A munkahelyi bizonytalanságok nagyon megviselik, pedig nem tudja azokat befolyásolni. Próbáljon meg takarékoskodni, míg nem látja a helyzetéből való kiutat!

Nyilas 11. 23. – 12. 20.

Kellemes élményekben lehet része! Hála energikusságának, a munka is flottul megy, de egy próbát hibát csak külön odafigyeléssel kerülhet el. Szíve választottja izgalmas ötlettel állhat elő, amit közösen valósíthatnak meg.

Bak 12. 21. – 1. 20.

Alaposan át kell gondolnia, hogy merre szeretne továbblépni. Az egyik lehetőség, amit az élet kínál, anyagi gyarapodást jelez, de vigyázzon, mert ha a másik utat választja, ott kára keletkezhet. Gondolja át, hogy a múltban mit tett, ami ide vezetett!

Vízöntő 1. 21. – 2. 18.

Ideje átgondolni néhány emberrel kapcsolatos véleményét! A napokban ugyanis az derülhet ki, hogy sokakat félreismert, vagy hogy az emberek már nem olyanok, mint régen. Ideje lenne ismét megbízni másokban!

Halak 2. 19. – 3. 20.

Nehézkesen akarnak összejönni a dolgok a héten. Tervei megvalósítása folyamatosan késik, és emiatt egy kissé feszült. Próbáljon nyugodt maradni, amennyire csak tud, és legyen diplomatikusabb a környezetével!





**NEMZETI KONZULTÁCIÓ
A KORONAVÍRUSRÓL
ÉS A GAZDASÁG ÚJRAINDÍTÁSÁRÓL**

A TE ORSZÁGOD. A TE HANGOD.

A NEMZETI KONZULTÁCIÓ 1. KÉRDÉSE

► A járvány újabb hulláma esetén Ön az alább javasolt intézkedések közül melyiket támogatná?

- **Kijárási korlátozás bevezetése**
- **Távolságtartás elrendelése**
- **Maszkviselés elrendelése**
- **Országhatárok lezárása**
- **Az oktatási intézmények bezárása, és áttérés a digitális oktatásra**
- **Rendezvények korlátozása**
- **Védett időszak a 65 év felettieknek**
- **Védekezéshez szükséges eszközök kivételének korlátozása**
- **Ingyenes parkolás**

Mondja el Ön is véleményét!
Kérjük, vegyen részt a Nemzeti Konzultációban!

Születésnap gasztrodélután

Gasztronómia

Hogyan szülinapozik egy cukrászda? Vegán sütős-főzős gasztrodélutánnal, Edith Piaf-koncerttel, hangulatos irodalmi kávéházzal, zenés esttel és kézműveskedéssel csütörtöktől egészen hétfőig!

Születésnap programsorozatra invitál az öt éves Saveur Kávézó és Cukrászda: július 16. és 20. között gasztro- és zenekultúrával, irodalommal, kézműves foglalkozással színesítik a kínálatot.

Már csütörtökön délelőtt indul az ünnepi hétvége: a gyerekek Adorjáni-Szűcs Piroskával készíthetnek

gyurmatortát vagy bonbontartó ajándékdobozt. Pénteken igazi főzőcske is lesz: gasztrodélutánra várja az érdeklődőket Pozsonyi Zsuzsi vegán szakács. Irodalmi kávéházzá alakul a cukrászda szombaton: a bor és a költészet lesznek a főszereplői a programnak, melyen Mádi Beátával és Mélység című első kötetével ismerkedhetnek meg a betérők. A zene jegyében zajlanak a következő rendezvények: gitárral és fúvós hangszerekkel érkeznek Cser-táék vasárnap délután, Fendrich Veronika hétfői önálló estje pedig a párizsi sanzonok világát idézi.



Fotó: Pépai Barba

Gasztroújdonságokkal várnak

Balett, népzene, harcművészet

Művészkorzó

Július 18-án, szombaton folytatódik a Művészkorzó Székesfehérvár belvárosában. A programkavalkád keretében ezúttal balettel, kórusmuzsikával, kardforgatók bemutatásával, nép- és klasszikus zenével szórakoztatják a közönséget.

Ismét érdemes lesz benézni a belvárosba, ahol kicsiknek és nagyoknak is kínál tartalmas kikapcsolódást a Művészkorzó.

16 órától a Városház téren Könyves Kálmán és Álmos herceg, a Vörösmarty Színház előtt pedig I. Géza és Salamon király óriásbábjaival találkozhat és fotózhat a közönség.

17 órától a Székesfehérvári Balett-színház Bohócok című etűdje, a MusiColore énekegyüttes valamint a Tilinkó zenekar műsora következik a Városház téren, majd 18 órától a Magyar Királyi Kardforgatók Rendje harcművészeti bemutatóját láthatják az érdeklődők a Városház tértől indulva a Fő utcán át az Országzászló térig, majd a Zichy ligetig. 19 órától Mozart A-dúr klarinétöse zárja a programot az Alba Regia Szimfonikus Zenekar muzikusainak előadásában. A Zichy ligeti Zenepavilonban Selmeczi Gábor, Burján Gabriella, Kárász András, Kiss Katalin és Dávid József játszik.



Fotó: Simon Erika

A belváros újra megtelik élettel

Zenél a Veszprémi Légierő Big Band

Katonazene

Idén is lesz Emlékparki nyár: a KEMPP hadtörténelmi, honvédelmi, kulturális program-sorozata nyolcadik alkalommal várja tartalmas időtöltésre, szórakozásra az érdeklődőket. Pénteken este festménykiállítás nyílik és a Veszprémi Légierő Big Band ad koncertet.

A pákozdi katonai emlékpark kulturális program-sorozata idén már a nyolcadik évadban kínál rendezvényeket, melyek a katonakultúrát mutatják be és népszerűsítik egyéni és csoportos kiállításokkal, előadóestekkel és katonazenekari koncertekkel.

Július 17-én, pénteken 18 órakor nyílik meg Kiss Attila András orvos-ezredes Karantén után című képzőművészeti kiállítása. Az

alkotó Csontváry képei hatására kezdett el festeni, és közel áll hozzá az itáliai reneszánsz is. Rendszeres résztvevője különböző képzőművészeti és alkotótáboroknak. A megnyitót követően a veszprémi légierő zenekara szabadtéri koncertjét élvezheti a közönség.

A folytatásban lesz majd Tolcsvay-koncert, és fellép a Székesfehérvári Helyőrségi Zenekar is. A program-sorozat rendezvényei 18 órakor kezdődnek. További részletekről az emlékpark közösségi oldalán lehet tájékozódni.



Premier előtti vetítések

Filmfesztivál

A Barátság mozi is csatlakozott a Vissza a moziba! filmfesztiválhoz: péntektől vasárnapig hét premier előtti előadáson vehetnek részt a mozikedvelők. Két vígjáték, egy romantikus dráma és egy monumentális történelmi játékfilm is megtalálható a repertoárban. Közben újra lesz kertmozi is!

A Vissza a moziba! filmfesztivál programja

Július 17., péntek
15 óra: Inkább lennék özvegy!
17.30: Titkok és igazságok
20.30: Tiszt és kém – a Dreyfus-ügy

Július 18., szombat
17.30 Tiszt és kém – a Dreyfus-ügy
20.30 Notting Hill-i cukrászda

Július 19., vasárnap
17.30 Notting Hill-i cukrászda
20.30 Titkok és igazságok

Péntek esti kertmozi

A hőlégballon című kalandos német történelmi filmmel folytatódik a Városháza díszudvarában működő kertmozi programja pénteken este kilenckor. Az előadásra és a kertmozi további júliusi vetítéseire a Barátság mozi honlapján (www.baratsagmozi.hu) is lehet jegyet váltani. A helyszíni pénztár az előadások előtt egy órával nyit. Esőnap: július 18., szombat, 21 óra.



Fotó: baratsagmozi.hu

További programok a www.szekesfehervar.hu és a www.teleelettel.hu oldalon!

TeleElettel.hu

A megjelenített programok esetleges elmaradásáért vagy módosulásáért szerkesztőségünk nem vállal felelősséget!

Kisvakond Mezőgazdasági Bolt



Növényvédő szerek, locsolástechnikai eszközök, szivattyúk, tömlők, fóliák, mezőgazdasági kisgépek, vető- és fűmagok, fűnyírók, permetezők, rotációs kapa, fűrészek, szinte minden egy helyen, amire a kertben csak szüksége lehet.

Szfvár., Ady Endre utca 24.
Tel.: 22/501-458

H-P 8-16:30, Szo.: 8-12:00

Kisvakond Székesfehérvár Mezőgazdasági Bolt

Sütizés a társadalmi felelősségvállalás jegyében

SZABÓ PETRA

Az egyik megsütötte, a másik mind megette. A Széphő dolgozói játékonysági sütizést szerveztek, a befolyt összeget pedig a Heti Betevő kapta.

Évente több ezer adag ételt oszt ki a rászorulóknak a Heti Betevő. A meleg étel mellett tartós élelmiszerekből, gyümölcsökből és házi süteményekből álló csomagok is gazdára találnak. Ez utóbbi adományokból gyűlik össze, de a főtt ételért fizetni kell az étteremnek. „Minden fillér számít, minden fillér jó helyre kerül, mert a meleg ételért fizetünk az étteremnek. Körülbelül 130-140 adag kerül kiosztásra kéthetente. Az éttermi költségeket a gyűjtésekből, a perselyekből és az adományokból fedezzük.” – mondta el Csada Ferenc, a Heti Betevő egyik tagja.

Legutóbb a Széphő Zrt. szervezett játékonysági sütizést, hogy segíthessen a Heti Betevőnek. A szolgáltató minden évben igyekszik valami jót tenni a társadalmi felelősségvállalás jegyében. Volt, hogy szemetet szedtek, festettek, veradást szerveztek, de gyűjtöttek már ruhát vagy éppen a papi otthonban segítettek. Ezúttal süteményeket sütöttek, amit



Mindenki jóllakott: a széphősök a sütikkel, a rászorulóknak a befolyt támogatásból főzött ebéddel

közösen el is fogyasztottak, de az elfogyasztott finomságok után mindenki dobott valamennyit a kihelyezett perselybe.

„Az idei évben új ötlettel állt elő az egyik kolléganóm.” – kezdte gondolatait a Széphő Zrt. vezérigazgatója, Szauder Ákos. – „Nevetesen azzal, hogy minden héten hétfőn valamelyik szervezet vállalja fel, hogy valamilyen süteménypartit

készít, süteményeket süt, amiket a kollégák adomány ellenében meg tudnak vásárolni. Nem klasszikus vásárlás ez, de a süteményt el tudják vinni, az érte adott, összegyűlt pénzt pedig támogatásra tudjuk fordítani.” Összesen kétszázharmincezer forintot sütiztek össze a széphősök, amit át is adtak a Heti Betevőnek egy kis házi ünnepség keretében.

A Heti Betevő folyamatosan várja az önkéntesek jelentkezését. Ezt könnyen meg is lehet tenni a csapat közösségi oldalán üzenetben. Annak is érdemes az oldalt figyelni, aki adománnyal szeretne beszállni, ugyanis az éppen aktuális dátum is megtalálható ott. Kéthetente tartanak osztást a Szabaművelődés Házánál, az ebéd mellé pedig mindenkinek jól esik egy kis házi sütemény vagy gyümölcs, így az ilyen jellegű adományt is szívesen fogadják!

Miért magasak a zöldség- és gyümölcsárak?

VAKLER LAJOS

Az elmúlt időszakban azt tapasztalhatták a vásárlók, hogy egyre magasabbak a zöldség- és gyümölcsárak a piacokon.

Schultz György, a Jancsárkert Piac és Közösség Egyesület elnöke szerint az áremelkedés elkerülhetetlen volt, amit számos gazdasági és időjárási tényező okozott: „Sokat beszélgettünk erről a termelőkkel. Ebben az évben nagyon sok negatív tényező hatott a zöldség- és gyümölcstermelésre egyaránt. Elsősorban a kiszámíthatatlan időjárást említették, ami magában foglalta az aszályos időszakokat, a fagyokat, az extrém UV-sugárzást, de gyakoriak voltak a záporok és a zivatarok is, tehát olyan szélsőséges volt az időjárás, hogy emiatt később a gyümölcsök érési folyamata. Ugyanez vonatkozik a zöldségekre is. Idén a kártevők is nagy számban veszélyeztették a termést. Emellett a forintárfolyam gyengülése is közrejátszik az árak emelkedésében, hiszen vannak olyan importált vegyszerek, eszközök, gépek, amelyek jelentősen növelték a gazdák kiadásait. A tárgyi eszközökön és az időjáráson kívül a munkaerőpiac és a munkavállalók bére is változott, ami szintén felfelé lökte az árakat. A bérek az elmúlt években jelentősen emelkedtek, ez jellemző volt erre a tavaszra is. Többet kellett fizetni a földeteken dolgozó munkásoknak is, ráadásul meglehetősen rapszodikussá vált az idénymunka a járvány miatt.



A magasabb árak ellenére a kereslet nem csökken

Valóban emelkedtek tehát a zöldség- és gyümölcsárak is, de így sem láttam olyat a piacon, hogy megmaradt volna

az áru: a jó minőségű terméket magasabb árakon is megvásárolták a vevők. Nálunk, a termelői piacon nem szálltak

el annyira az árak, mint másutt. Ezt okozhatta a kiegyensúlyozott, személyes vásárló-termelő kapcsolat is.”

Bőrbe varrt Kübelwagent teszteltünk és műhelytúrán jártunk

LÁTRÁNYI VIKTÓRIA

A legendás második világháborús csapatszállítón Vaszilkó Balázs és társai gyakorlatilag mindent bevontak bőrrrel: a karosszériát, de még a szélvédőkeretet is. Döbbenetes, de mindéz négy nap alatt elkészült a székesfehérvári műhelyben.

Nem ez az egyedüli csodaautó, ami Vaszilkó Balázs műhelyében készült, hiszen számos régi jármű született újjá kezei alatt. Ottjártunkkor egy 1937-es Bentley-t is megnéztünk, de most készül a Kübelwagen nagy testvére, egy G Mercedes, ami szintén bőrborítást kapott. A világon egyedülálló autósodák készülnek Székesfehérváron!

Vaszilkó Balázs szerencsésnek tartja magát, mert amivel foglalkozik, azzal gyermekkori álma vált valóra. A kocsi építése kreatív elfoglaltság számára, és mint mondja, neki az auto olyan, mint a festőnek az álom.

Sebességváltógombok felújításával indult 2006-ban egy garázműhelyben, ami egy asztalt jelentett. Mára csak egyedi dolgokkal foglalkozik: komplett egyedi belsővel és oldtimerék belső restaurálásával, készítésével tölti minden idejét. 2012-ben költözött egy nagy, jól felszerelt csarnokba.



A székesfehérvári műhelyben új életre kelnek a régi autók

A Kübelwagen a saját autója volt, amit aztán egy hirtelen ötlettől vezérelve bőrbe varrtak. A siker nem maradt el: csodájára jártak külföldön a járgánynak, ami hat éve gazdára is talált.

Most a nagy testvérét alakították át: autóiipari specifikus műbőrrel vonták be a G Mercedest. Így akkor sem lesz baja a borításnak, amikor megsüti a nap és negyven fok van, a karosszéria pedig felizzik hetven-nyolcvan fokra. Nincs Európában olyan ország, ahová ne gyártottak volna még autót, de Amerikából is érkezett megkeresés.



Látványos és egyedi külsőt kapott a G Mercedes is



Vaszilkó Balázs gyermekkori álmát váltotta valóra. Számára azt jelenti az autó, mint a festőnek a vászon.



A Volkswagen Kübelwagen egy német gyártmányú könnyű katonai gépkocsi volt, amit Ferdinand Porsche tervezett. A legendás katonai terepjáró a Wehrmacht legelterjedtebb kisméretű négykerekűje volt a második világháború idején. Az akkor még csak prototípus stádiumban lévő Volkswagen Bogár alapjaira épült, átvéve annak boxermotorját is. Azt a változatot, amit a fehérvári műhelyben újragondoltak, a Typ181-et 1968-tól gyártották, és eredetileg a német fegyveres erőknek szánták.

A Helyek, ahol még nem jártál sorozat második részében műhelytúrán vehettek részt! Tudjon meg még többet a témáról, nézze meg videónkat az fmc.hu Youtube-csatornáján!



**NEMZETI KONZULTÁCIÓ
A KORONAVÍRUSRÓL
ÉS A GAZDASÁG ÚJRAINDÍTÁSÁRÓL**

A TE ORSZÁGOD. A TE HANGOD.

A NEMZETI KONZULTÁCIÓ 12. KÉRDÉSE

► Az Európai Bíróság határozata szerint jogellenes a bevándorlókat a magyar határon felállított tranzitónában várakoztatni. A döntés értelmében járványveszély idején is be kell engedni a migránsokat az ország területére. Ez az ítélet egybevág Soros György migrációra vonatkozó régi tervével, amely szerint Európába mindenáron évi egymillió bevándorlót kell beengedni.

Ön egyetért azzal, hogy a kormány továbbra is lépjen fel a bevándorlás ellen, és tartsa fenn a magyar határ szigorú védelmét?

**Mondja el Ön is véleményét!
Kérjük, vegyen részt a Nemzeti Konzultációban!**

Futballünnep Szabadbattyánban

NÉMETH KRISZTIÁN

Igazi futballünnep várta a játékra kiéheztetett szabadbattyániakat vasárnap. A település pályája zsúfolásig megtelt szurkolókkal, ahol a Dárdai Team jóteknysági mérkőzést játszott a település csapatával.

A Dárdai Pál és Bakalár László által szervezett országjáráson olyan egykori válogatott futballisták léptek pályára, mint Szélesi Zoltán, Fehér Csaba, Lisztes Krisztián, Zombori Zalán, Egressy Gábor, Vincze Ottó, mellettük pedig Hertha-mezen köszönthetjük az egykori fehérvári közönségkedvencek közül Halmai Gábort, Cvitkovics Pétert, Kovács Zoltánt és Juhász Rolandot. Mellettük pedig szerepelt a névsorban Dárdai Pál három nagymenyű fia: Palkó, Márton és Bence is.

A találkozóon Törő Gábor, a térség országgyűlési képviselője is köszöntötte a csapatokat: „Ha a fiatalságnak meg akarjuk mutatni a magyar futballt, ezt az öregfiúkon keresztül is megtehetjük, akik mindannyian játszottak magyar nemzeti színekben. Szabadbattyán életében ez egy olyan történet, ami példaértékű az utánpótlás szempontjából is, hiszen a fiatalok olyan játékosokat láthatnak, akikre felnéznek.” A szabadbattyáni öregfiúk együttesének oszlopos tagja, Tóth László



Együtt a jövőért!

volt az, aki a legtöbbet tette azért, hogy ismét ilyen rangos futballünnepre invitálhassák a rajongókat: „Bakalár Lászlóval együtt futballoztunk itt, Szabadbattyánban, és nagyon jó barátság alakult ki köztünk. Mivel ő az ötletgazdája a Dárdai Team országjáró futballünnepének, sikerült megbeszelnünk, hogy eljönnek hozzánk is. Ez nagy öröm számunkra, hiszen ebben a csapatban csupa volt válogatott futbalista játszik. Szeretnénk ezt a kapcsolatot megtartani!” Mindig különleges figyelem kíséri Dárdai Pál munkásságát. A magyar

válogatottban és a németországi Hertha BSC-ben játékosként és edzőként is sikeres szakember fontosnak tartja, hogy a hasonló mérkőzéseken népszerűsítsék ezt a csodálatos játékot: „Jó érzés, hogy szeretnek bennünket az emberek! Nekem különösen, hiszen itt vannak a fiaim is, és ez azt az időt idézi fel bennem, amikor édesapámmal fociztam Pécsen. Szeretnék átadni a srácoknak abból az összetartó erőből, amit a községekben az országot járva tapasztalunk, hiszen ebből ők is tanulhatnak. A futball kiemelt sportág, mert

mindenki számára elérhető, de jó edzők kellene, akik jóra nevelik a gyerekeket, és kellene családok, akik szeretik a sportot. Ez egy olyan csapatjáték, amely komoly közösségi mentalitást képvisel. Számunkra a labdarúgás még ma is szent, és ezt szeretnénk közvetíteni szerte az országban, minden pályára lépésünkkor!” A mérkőzés kiváló alkalom volt a sportközösségteremtő erejének bizonyítására, a mintegy másfél ezer futballbarátot pedig megerősíthette, hogy a játék ma is igazi ünnep, nap-sütésben, mosollyal, gólokkal!

A cselek felvállalása

SOMOS ZOLTÁN

Jövő héten kezdődik a MOL Fehérvár felkészülése a következő szezonra, de az élet addig is zajlik a klubnál. Az új vezetőedző mellett már játékost is igazolt a Vidi.

Márton Gábor múlt heti kinevezése annyiban volt meglepő, hogy magyar edző elég régen, négy éve ült utoljára a fehérvári kispadon. Ráadásul Márton előzőleg alsóbb osztályokban dolgozott, illetve a múlt szezomban kiesőjelöltként vette át a Zalaegerszeget. Ezekhez képest most igazán mély vízbe dobták.

„A megkeresés nagyon meglepett, hiszen előzőleg nem volt jellemző a Vidire, hogy magyar edzője van. A tulajdonos és a sportigazgató megtisztelt a bizalmával. Nagyon nagy feladat előtt állok! Az elvárások nem különböznek a korábbiaktól, tudjuk, milyen célokért szokott küzdeni ez a csapat. Hiszem, hogy fel tudok nőni a feladathoz, nagy örömmel jöttem!” – mondta bemutató sajtótájékoztatóján az új edző, aki két kollégáját hozta magával a szakmai stábjába előző csapatától.

Kovács Zoltán sportigazgató nem titkolta, hogy az edző által képviselt támadó foci szempont volt a kiválasztásakor, hiszen a Vidinél is elvárás az attraktív játék. Erről Márton azt mondja, nem csak rajta múlik a siker:



Ellenfélből csapattársak lettek: Zivzivadze (jobbra) a jövőben Stopira és Petrjak oldalán küzd

„Nem az edző játszik támadó foci, hanem a csapat. Persze egy olyan jó állomány nálunk, mint a Vidé, jobb esélye van, hogy a játékosok megértik és megvalósítják, amit szeretnénk. Szeretem, ha kevés gólt kapunk, és a jó védekezésből sikerül

kialakítani helyzeteket. Mindig híve voltam annak, hogy vállalja fel egy labdarúgó a cseleket, mert sajnos nagyon kevés csel van a magyar futballban. Félnék a hibától, de aki fél, az hibázni is fog! Szeretem, ha dominálunk, ha látványos a foci, de

ez már a játékosok kreativitásán is múlik, nemcsak a gyakorlaton.” A hatékonyság javítása érdekében az egyik lehetőség új labdarúgók igazolása. Első fecskeként Budu Zivzivadze érkezett, aki Grúziában kétszer volt gólkirály, legutóbb pedig Mezőkövesden is a csapat legeredményesebb csatáraként zárt: „Bizom benne, hogy jó játékkal, gólokkal, gólpasszokkal járulhatok hozzá a Vidi minél sikeresebb szerepléséhez! Nagyon szeretnék egy év múlva magyar bajnoki címet és kupagyőzelmet ünnepelni, de emellett remélem, hogy az Európa-ligában is minél tovább fogunk jutni!” – nyilatkozta a klub honlapján a huszonhat éves támadó.

A zalaegerszegi kölcsönből visszatér a védelemben bevethető fiatal Bolla Bendegúz is, egyéb érkezés még nincs. Az előző idényben szintén a zalaiaknak kölcsönadott Tamás Krisztián ellenben végleg távozik a Viditől: a Honvéd játékosa lesz. A felkészülést egy orvosi felmérés után hétfőn kezdi a csapat. A bajnoki rajt augusztus tizenötödikén lesz, a napokban elkészített sorsolás szerint a ZTE vendégeként kezd a Vidi. Az Európa-liga első selejtezőkörét kiemeltként várja Márton Gábor csapata. Sorsolás augusztus tizedikén. Négy meccset kellene nyerni a főtáblára jutáshoz.

ÚJ PEUGEOT 2008 SUV

UNBORING THE FUTURE

5ÉV^{*}
GARANCIA
max. 100 000 KM^{ig}

Csak magán személyeknek,
további feltételek
teljesülése esetén.**

PEUGEOT 3D i-Cockpit® VEZETŐHELY³
10 VEZETÉSTÁMOGATÓ RENDSZER³
8 SEBESSÉGES AUTOMATA VÁLTÓ³



PEUGEOT

¹A jövő nem unalmas.

²Változattól függően széria- vagy nem rendelhető felszerelés.

³Változattól függően széria-, opciós vagy nem rendelhető felszerelés.

^{*}Minden 2020. március 1. után megrendelt, minden magánügyfél számára új autóként értékesített, új Peugeot 2008 SUV személygépkocsi vásárlása esetén a 2 év szerződéses gyári jótállás mellé most +3 év kiterjesztett Optiway Optimum szerződéses jótállást adunk ajándékba. Az Optiway Optimum szerződés keretében nyújtott jótállás a 2 éves szerződéses gyári jótálláson túl érvényes, a gyári szerződéses jótállással megegyező szolgáltatásokat tartalmaz, és az autó első tulajdonosának történő átadásától számított 5 évig vagy 100 000 km-ig (amelyiket előbb eléri az autó) érvényes. Az akció visszavonásig érvényes. ^{**}A gyári szerződéses jótállás és az Optiway Optimum szerződés keretében nyújtott jótállás szolgáltatásai kizárólag abban az esetben vehetők igénybe, ha az adósvételi szerződésben, a Szerviz- és Garanciaüzletben és a Szolgáltatási Szerződésben foglalt feltételek és körülmények egyidejűleg teljesülnek.

PEUGEOT TOTAL

Az új Peugeot 2008 vegyes fogyasztása benzin/dízel meghajtással WLTP szabvány szerint: 4,5–6 l/100 km, CO₂-kibocsátása: 118–136 g/km, NEDC szabvány szerinti vegyes fogyasztása 3,6–5 l/100 km, CO₂-kibocsátása: 97–114 g/km.

A feltüntetett üzemanyag-fogyasztás és CO₂-kibocsátás értékek az új gépjárművek esetén 2018. szeptember 1. óta alkalmazandó WLTP-tesztelési eljárás szerint kerültek megadásra. A WLTP mérési eljárás a korábban alkalmazott NEDC vizsgálati eljárást váltja fel. A valószínűsített teszt körülményeknek köszönhetően a WLTP eljárás szerint mért üzemanyag-fogyasztás és CO₂-kibocsátás sok esetben magasabb, mint a NEDC eljárás szerint mért értékek. Az üzemanyag-fogyasztás és a CO₂-kibocsátás értékek a tényleges felhasználási körülményektől és egyéb tényezőktől (pl. adott felszereltség, opciók, gumibroncok-jellemzők) függően változhatnak. A feltüntetett üzemanyag-fogyasztás és CO₂-kibocsátás értékek az új gépjárművek esetén 2018. szeptember 1. óta alkalmazandó WLTP-tesztelési eljárás szerint kerültek megadásra, és az egyéb gépjárművekkel való összehasonlíthatóság érdekében az adatok NEDC értékekre is átváltásra kerültek. A NEDC értékek nem veszik figyelembe többek között a használati feltételeket, a vezetői stílust, a felszereltséget vagy a tartozékokat, továbbá a gumibroncok jellemzőitől függően is változhatnak. Az üzemanyag-fogyasztásról és a CO₂-kibocsátásról további információt az értékesítési helyen közzétett üzemanyag-gazdaságossági címkében, továbbá a közlekedési hatóság által kiadott üzemanyag-gazdaságossági ismertetőben találhat (a 2017. év vonatkozásában közzétett legfrissebb fogyasztási kiadvány a <https://www.nkh.gov.hu/mediakozpont/kiadvany/-/b/2308872/fogyasztasi-kiadvany-2017> linken elérhető). További információért, kérjük, keresse a Peugeot-márkakereskedésünket!

PEUGEOT FÁBIÁN SZÉKESFEHÉRVÁR

Székesfehérvár, Budai út 175. | Tel.: +36 22 303 406 | www.fabian.hu

FÁBIÁN
AUTÓ



A Fehérvár Televízió műsora július 18-tól 24-ig

A hírszerkesztőség ügyeletes száma: 30 901 4150



2020. 7. 18. SZOMBAT	2020. 7. 19. VASÁRNAP	2020. 7. 20. HÉTFŐ	2020. 7. 21. KEDD	2020. 7. 22. SZERDA	2020. 7. 23. CSÜTÖRTÖK	2020. 7. 24. PÉNTEK
00:00 Képes hírek – benne minden egész órákor a Híradó ismétlése	00:00 Képes hírek – benne minden egész órákor a Hírek ismétlése	00:00 Képes hírek – benne minden egész órákor A hét hírei ismétlése	00:00 Képes hírek – benne minden egész órákor a Híradó ismétlése	00:00 Képes hírek – benne minden egész órákor a Híradó ismétlése	00:00 Képes hírek – benne minden egész órákor a Híradó ismétlése	00:00 Képes hírek – benne minden egész órákor a Híradó ismétlése
07:00 Híradó – ismétlés	10:00 Hírek – ismétlés	11:00 Hazai pálya – ismétlés	11:00 Együtt magazin – ismétlés	11:00 Paletta – ismétlés	11:00 Családörzök 5. rész – ismétlés	11:00 Bajnokok városa – ismétlés
07:20 Híradó – ismétlés	10:05 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	11:30 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	11:30 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	11:30 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	11:30 Így (nem) játszunk mi! 6. rész – ismétlés	11:30 Heti hírmagazin – ismétlés
07:50 Képes hírek – benne minden egész órákor a Híradó ismétlése	10:05 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	11:30 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	11:30 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	11:30 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	11:30 Így (nem) játszunk mi! 6. rész – ismétlés	11:30 Heti hírmagazin – ismétlés
09:40 Együtt magazin	Műsorvezető: Sasvári Csilla. Vendég: Szabó Krisztián agrármérnök, halászati szakmérnök, a Dinnyési Halgazdaság Kft. ügyvezetője	Műsorvezető: Sasvári Csilla. Vendég: Patkó Ágnes	Műsorvezető: Vakler Lajos	Műsorvezető: Vakler Lajos	Műsorvezető: Vakler Lajos	11:30 Heti hírmagazin – ismétlés
10:10 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	10:35 Próbaterem – könnyűzenei magazinműsor	12:00 Hitünk és életünk – ismétlés	12:00 Hangvilla – a Fehérvár Televízió könnyűzenei magazinműsora – ismétlés	12:00 Honvéd7 – ismétlés	12:10 A Fehérvár Televízió archívumából	12:00 Próbaterem – könnyűzenei magazinműsor – ismétlés
10:40 Csilla. Vendég: Winter Dia	11:05 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	12:30 A Fehérvár Televízió archívumából	12:30 A Fehérvár Televízió archívumából	12:30 A Fehérvár Televízió archívumából	12:30 A Fehérvár Televízió archívumából	12:30 A Fehérvár Televízió archívumából
10:40 Hangvilla – a Fehérvár Televízió könnyűzenei magazinműsora – ismétlés	11:05 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	13:00 Híradó 1-kor	12:30 A Fehérvár Televízió archívumából	12:30 A Fehérvár Televízió archívumából	13:00 Híradó 1-kor	12:30 A Fehérvár Televízió archívumából
11:10 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	11:05 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	13:15 Képes hírek – benne minden egész órákor a Híradó 1-kor ismétlése	13:00 Híradó 1-kor	13:00 Híradó 1-kor	13:00 Híradó 1-kor	13:00 Híradó 1-kor
Műsorvezető: Sasvári Csilla. Vendég: Winter Dia	11:35 Bajnokok városa – ismétlés	15:20 6. Savaria Filmszemle (12)	13:15 Képes hírek – benne minden egész órákor a Híradó 1-kor ismétlése	13:15 Képes hírek – benne minden egész órákor a Híradó 1-kor ismétlése	13:15 Képes hírek – benne minden egész órákor a Híradó 1-kor ismétlése	13:15 Képes hírek – benne minden egész órákor a Híradó 1-kor ismétlése
Vendég: Görög István	12:05 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	15:55 A világ Kocza módra – portréfilm	15:20 6. Savaria Filmszemle (12)	15:20 6. Savaria Filmszemle (12)	15:20 6. Savaria Filmszemle (12)	15:20 6. Savaria Filmszemle (12)
11:40 Paletta magazin – ismétlés	12:05 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	17:00 Együtt magazin	15:50 A Fehérvár Televízió archívumából	15:50 A Fehérvár Televízió archívumából	16:00 Seuso 3. rész	16:00 Seuso 3. rész
12:10 A Fehérvár Televízió archívumából	12:05 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	17:20 Együtt magazin	15:50 A Fehérvár Televízió archívumából	15:50 A Fehérvár Televízió archívumából	17:00 Híradó	17:00 Híradó
12:40 Híradó – ismétlés	Műsorvezető: Sasvári Csilla. Vendég: Görög István	17:50 Hírek	17:00 Híradó	17:00 Híradó	17:20 Híradó	17:20 Híradó
13:00 Heti hírmagazin – ismétlés	12:40 Hírek	17:55 Fehérvári beszélgetések	17:00 Híradó	17:00 Híradó	17:20 Híradó	17:20 Híradó
13:30 Így nem játszunk mi! – 5. rész – ismétlés	12:45 Heti hírmagazin – ismétlés	Műsorvezető: Vakler Lajos	17:20 Paletta – kulturális magazin	15:55 A Fehérvár Televízió archívumából	17:50 Hírek	17:00 Híradó
14:40 Honvéd7 – ismétlés	13:20 Családörzök – ismétlés	Vendég: Turbók János	17:50 Hírek	17:00 Híradó	17:55 Heti hírmagazin	17:00 Híradó
15:00 Agrárinfó – ismétlés	13:50 Agrárinfó – ismétlés	18:30 Hangvilla – a Fehérvár Televízió könnyűzenei magazinműsora	17:55 Fehérvári beszélgetések	17:20 Családörzök 5. rész – ismétlés	17:55 Heti hírmagazin	17:00 Híradó
15:30 Filmválogatás a Fehérvár Televízió archívumából	14:20 A Fehérvár Televízió archívumából	19:00 Híradó – ismétlés	Műsorvezető: Vakler Lajos	17:55 Heti hírmagazin	18:25 Próbaterem – könnyűzenei magazinműsor	17:50 Hírek
17:00 Hírek	14:50 Nálátok mizu? – ismétlés	19:20 Együtt magazin – ismétlés	Vendég: Turbók János	18:25 Honvéd7	19:00 Híradó – ismétlés	17:55 Városrészek titkai 3. rész
17:05 Filmválogatás a Fehérvár Televízió archívumából	15:50 Filmválogatás a Fehérvár Televízió archívumából	19:50 Hírek – ismétlés	19:45 Hangvilla – a Fehérvár Televízió könnyűzenei magazinműsora – ismétlés	19:00 Híradó – ismétlés	19:20 Bajnokok városa – ismétlés	19:00 Híradó – ismétlés
17:55 Fehérvári beszélgetések	17:00 A hét hírei	19:55 Fehérvári beszélgetések – ismétlés	20:15 Mesevarázs – Fazekas Anna: Öreg néne özikéje	19:00 Híradó – ismétlés	19:50 Hírek – ismétlés	19:00 Híradó – ismétlés
Műsorvezető: Sasvári Csilla.	17:20 Hitünk és életünk	Műsorvezető: Vakler Lajos	20:25 Hírek – ismétlés	19:50 Heti hírmagazin – ismétlés	19:55 Heti hírmagazin – ismétlés	19:50 Hírek – ismétlés
Vendég: Szabó Krisztián agrármérnök, halászati szakmérnök, a Dinnyési Halgazdaság Kft. ügyvezetője	17:55 Fehérvári beszélgetések	Vendég: Turbók János	20:30 Honvéd7 – ismétlés	20:25 Próbaterem – könnyűzenei magazinműsor – ismétlés	20:25 Próbaterem – könnyűzenei magazinműsor – ismétlés	19:55 Városrészek titkai 3. rész – ismétlés
A Fehérvár Televízió archívumából	Műsorvezető: Sasvári Csilla. Vendég: Patkó Ágnes angol-japán tanár, hula- és tálti táncos	20:25 Hangvilla – a Fehérvár Televízió könnyűzenei magazinműsora – ismétlés	19:45 Paletta – ismétlés	21:00 Fényutca Székesfehérvár belvárosában	21:00 Fényutca Székesfehérvár belvárosában	21:00 Boogiefeszt 2015 1. rész
18:25 Hírek – ismétlés	18:25 A Fehérvár Televízió archívumából	21:00 Molnár Dániel – Elszakadni a földtől 1. rész	20:25 Hírek – ismétlés	21:05 Zorán és barátai	21:20 Híradó – ismétlés	21:00 Híradó – ismétlés
19:05 Hazai pálya – sportmagazin	19:00 A hét hírei – ismétlés	21:50 Székesfehérvár telellettel	21:00 Molnár Dániel – Elszakadni a földtől 2. rész	22:35 Képes hírek – benne egész órákor a Híradó ismétlése	21:40 Képes hírek – benne minden egész órákor a Híradó ismétlése	22:30 Híradó – ismétlés
19:35 Csak még egyszer előre! – háborús filmdráma	19:20 Hitünk és életünk – ismétlés	22:30 Képes hírek – benne egész órákor a Híradó ismétlése	21:40 Híradó – ismétlés	22:55 Képes hírek – benne egész órákor a Híradó ismétlése	22:50 Képes hírek – benne egész órákor a Híradó ismétlése	22:50 Képes hírek – benne egész órákor a Híradó ismétlése
21:40 Arató Antal, az örök könyvtáros – portréfilm	19:50 Diákszipad: Makrancos Kata		22:00 Képes hírek – benne egész órákor a Híradó ismétlése			
22:10 Hírek – ismétlés	21:20 TancPercek					
22:15 Képes hírek – benne egész órákor a Hírek ismétlése	22:05 A hét hírei – ismétlés					
	22:25 Képes hírek – benne egész órákor a hét hírei ismétlése					

Kiemelt ajánlatunk: július 18. 19:35 Csak még egyszer előre! – Burján Zsigmond filmje