

Jól halad a velencei  
tábor újjáépítése

A város is segíti  
Geszi Sárát

Önkéntesek nyomába  
eredtünk

Hajas Norbert,  
az akarterő bajnoka



# FEHÉRVÁR

Közéleti hetilap

2021.04.22.

## Kora Árpád-kori leletek Szabadbattyán határában



Fotó: Látrányi Viktória

**Szeretnél Te is hétfőtől péntekig napi 8 óraban dolgozni egy jó csapatban multinacionális környezetben?®**

Nyitott pozícióink: - CNC esztergályos (pályakezdő is),  
- Kiszállítási munkatárs

Gyere el hozzánk, ismerj meg Minket!

Csatlakozz hozzánk, mert „Jó emberek jó dolgokat hoznak létre”

Amit biztosítunk: Alapbér + cafetéria (br 32.500 Ft, belépéstől kezdve) hosszú távú, stabil munkalehetőség.

Jelentkezés: [hr-hungary@cranecpe.com](mailto:hr-hungary@cranecpe.com) vagy az alábbi telefonszámon:

CRANE

XOMOX®

22/513-123 vagy Viberen: 70/512-1562 • Székesfehérvár, Cseh utca 1. (Sóstó Ipari Park)

## Jól halad a velencei tábor újjáépítése

KOVÁCS V. ORSOLYA

Teljesen megújul a Velencei Ifjúsági Tábor. A beruházásra Székesfehérvár nyolcszázmillió forintot kapott a kormánytól. A polgármester abban bíz, hogy már a nyártól fogadhat táborozókat a megújult komplexum.

A régi közösségi épület helyén már áll az az új, kétszintes épület, melyben a földszinten kap helyet a recepció, a nyolcvanfős étkező- és foglalkoztatóterem, a melegítőkonyha és a gazdasági parkoló, egy akadálymentesített szoba, valamint az egészségügyi részleg, melyhez orvosi szoba, váró, két különálló betegszoba és önálló vizesblokk tartozik.

Az emeleten tizenegy téliestített szoba lesz, az új közösségi épületben

negyvenegy főt tudnak elhelyezni. A tizenhét vadonatúj faházzal, melyek között akadálymentesített is van, a tábor teljes befogadóképessége száznegyvenhárom fő lesz.

A főbejárat közelében negyvenállásos kerékpárparkoló készül. A parkosítással és új utcabútorok, okospadok kihegyezésével korszerűsítik a zöldterületet, kialakítanak egy univerzális sportpályát, lesz egy nagy közösségi tér, illetve korszerű sport- és játszoeszközöket is beszereznek. Az árnyat adó, szép és nagy fákat igyekeznek megőrizni.

„Nagyon szépen halad az építkezés, az eszközbeszerzések is folyamatban vannak, így bízom benne, hogy talán a nyári időszakban fogadhat már diákokat a tábor!” – mondta el lapunknak Cser-Palkovics András polgármester.



A tábor a felújítást követően egy téliestített központi épülettel is rendelkezik majd, melyben több mint negyven diáknak a téli időszakban is lehet tábort szervezni

## Újabb kormányzati támogatás fehérvári vállalatoknak

Eddig 288 milliárd forint támogatásból közel tízmilliárd érkezett Székesfehérvárra, a versenyképesség-növelő támogatási program harmadik szakaszán belül pedig a kormány összesen harmincmilliárd forint támogatást nyújt az érintett vállalatoknak – a részletekről Vargha Tamás, Székesfehérvár országgyűlési képviselője számolt be közösségi oldalán.

Indul a versenyképesség-növelő támogatási program harmadik szakasza: a kormány összesen harmincmilliárd forint támogatást nyújt azoknak a vállalkozásoknak, amelyek a járványhelyzetből adódó veszteségeik ellenére vállalják, hogy legalább kétfélmillió euró értékben valósítanak meg beruházást – ismertette Vargha Tamás: „A versenyképesség-növelő támogatási program során 288 milliárd forint támogatásból közel tízmilliárd érkezett Székesfehérvárra, aminek köszönhetően 4210 munkahelyet őriztünk meg, és többet teremtettünk is. A program harmadik szakaszán belül 1,8 millió euró támogatást tudunk adni vállalatunként. Ez a beruházás egyötödét jelentheti azoknak a székesfehérvári vállalatoknak, akik a programon részt vesznek.”

## Lezárták a Juharfa utca egy szakaszát

A déli összekötőút munkálataihoz kapcsolódva építik a csapadécsatornát a Juharfa utca egy szakaszán. Emiatt lezárták az utca egy részét, a korlátozás három hétig tart.

A déli összekötőút Juharfa utcai szakaszának csapadécsatorna-építési munkálatai miatt a forgalom elterelésére volt szükség, ami várhatóan május 12-ig tart. A Börgöndi út és a Diófa utca közötti szakaszon teljesen lezárták a Juharfa utcát, amely így csak a Diófa, a Hársfa és a Fenyőfa utcákból érhető el. A Tölgyfa utcát ideiglenesen zsákutcává nyilvánították. Az Aranykorona Zrt. tojásboltját javasolt ebben az időszakban a Börgöndi út felől megközelíteni.

## Forgalomkorlátozás a Madách utcában

Április 19-én, hétfőn elkezdődött a Mártírok útján az egyik ingatlan gázellátásához kapcsolódó kivitelezési munka, emiatt felpályás forgalomkorlátozást vezettek be a Madách Imre utcában. A Madách utca Mártírok útja és Neumann János utca közötti szakaszát egyirányúsították a Hunyadi utca irányába. Ezért a Mártírok útja irányába közlekedők számára a Madách Imre utca – Neumann János utca – Raktár utca útvonalat javasolják használni. A korlátozás érinti az útszakaszon a centrum irányába közlekedő 30-as, 41-es és 44-es autóbuszok útvonalát is, melyek a Madách Imre utca – Neumann János utca – Raktár utca – Mártírok útja terelőútvonalon járnak a korlátozások időtartama alatt, várhatóan május 8-ig.

## Városi ballagás online!

Élő közvetítés a városházáról

Idén is rendhagyó módon, online búcsúztatja Székesfehérvár a végzős diákokat. A városi ballagást május elsején, szombaton kilenc órától a Fehérvár TV-ben, valamint a városi honlapon lehet majd élőben követni. A tavalyi évhez hasonlóan a városi osztálykép- és tablógyűjteményt idén is a honlapon, valamint a városi közösségi oldalán teszik közzé.

A járványhelyzet miatt a középiskolai tanulmányait befejező osztályoktól idén is online köszön el Székesfehérvár. Május elsején, szombaton kilenckor a Városháza Dísztermében felkerül egy, az összes iskolát és végzős diákokat jelképező közös szalag Székesfehérvár zászlajára. Ezt és a köszöntőket a Fehérvár Televízióban, illetve a város honlapján

követhetik majd élőben a diákok, tanárok, családtagok és minden más érdeklődő.

A végzős diákok városi osztálykép- és tablógyűjteményét is a városi honlapon teszik majd közzé, de a városi Facebook-oldalon is láthatóak lesznek a ballagó osztályok által beküldött képek. Minden intézményhez levélben fordult Cser-Palkovics András polgármester, hogy küldjék be az elkészült fotókat, hogy minél teljesebb legyen az idej online tablógyűjtemény is. A legfontosabb cél, hogy a megváltozott helyzetben is méltó módon tegye emlékeztessé a minden diák számára mérföldkövet jelentő eseményt Székesfehérvár.



A városi ballagást május elsején, szombaton kilenckor élőben közvetíti a Fehérvár Televízió



## PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

Székesfehérvár Megyei Jogú Város Önkormányzata bérbeadásra hirdeti meg az alábbi nem lakás céljára szolgáló helyiségeket:

Helyiség címe (Székesfehérvár)	Terület (m <sup>2</sup> )	Jelleg	Bérbeadás időtartama	Induló bérleti díj Ft/hó+ÁFA
<b>VENDÉGLÁTÓ HELY</b>				
Jókai u. 1-3. (Városház tér)	190	kávézó/cukrászda/ étterem	max. 5 év	300.000,-
Marosi Arnold u. 1. (Fő utca)	84	kávézó/cukrászda/ üzlet	max. 8 év	450.000,-

A pályázati nyomtatvány letölthető a honlapról vagy átvehető a Polgármesteri Hivatal ügyfélszolgálatán.

Részletes pályázati kiírás, pályázati feltételek, elérhetőségek, egyéb tudnivalók: [www.lakaslicit.szekesfehervar.hu](http://www.lakaslicit.szekesfehervar.hu)

Székesfehérvár, 2021. április 15.

Székesfehérvár Megyei Jogú Város Önkormányzata  
nevében és megbízásából:  
Székesfehérvári Városfejlesztési Közhasznú Nonprofit Kft.

# Jól állunk oltásban!

L. TAKÁCS KRISZTINA

A magyar lakosság harmincnégy százaléka szerdai lapzártánkig már megkapta az oltást, szemben a tizenkilenc százalékos uniós átlaggal. A beoltottak száma szerdára meghaladta a 3,36 milliót, és már több mint négy millió-háromszázezen regisztráltak, akiknek hetven százaléka meg is kapta az oltást. A veszélyhelyzet május 23-án jár le, de a kormány által kedd este benyújtott törvényjavaslat ezt a Parlament őszi ülészakájának kezdete utáni tizenötödik napig meghosszabbítaná.

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

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

**Motor  
mechanic  
autószerviz**

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



Fotó: Simon Erika

Amennyiben az online időpontfoglaló rendszer sikerrel vizsgázik, megfontolják az általános kiterjesztését a regisztráltakra

Minél többen kapják meg a védőoltást, annál kevesebben betegednek és halnak meg, annál közelebb kerülünk a normális élethez, és annál inkább megerősítjük a védelmet a járvány negyedik hullámával szemben – mondta a Miniszterelnökség területi köz-igazgatásért felelős államtitkára a koronavírus-járvány elleni védeke-

zésért felelős operatív törzs szerdai online sajtótájékoztatóján. György István hangsúlyozta, hogy aki az oltást orvosi ajánlások alapján és saját elhatározásából fel kívánja venni, be fogják oltani. A hétvégére

hatszáz ezer Sinopharm-oltóanyagot is várnak, ez nagy előrelépést tesz lehetővé az oltási programban. E mennyiség felét a háziorvosokhoz viszik, a többit a kórházi oltópontokon használják fel. Az előttünk álló napokban, főleg a jövő héten, újabb nagy lépéseket tudunk tenni az átoltottságban – emelte ki az államtitkár, és kérte, hogy minél többen regisztráljanak az oltásra. György István felhívta a figyelmet arra, hogy minden oltóanyag megbízható és hatásos, amellyel Magyarországon oltanak.

A kormány kísérleti jelleggel kipróbál egy új időpontfoglaló rendszert. Ez a lehetőség elsőként hetvenezer, Budapesten, Pécsen, Debrecenben és Szegeden, valamint e városok környékén élő regisztrált előtt nyílik meg. Ők sms-t kapnak, annak segítségével egy weboldalra belépve láthatják, hol és mikor jelentkezhetnek oltásra jövő hétfőn, kedden vagy szerdán. Ha a próbázem tapasztalatai kedvezőek lesznek, minden kórház oltópontjára online időpontfoglaló felületet nyitnak.

## Köfém sétány és digitális játszótér

NOVÁK RITA

Fennállásának nyolcvanadik évfordulóját ünnepli az Arconic-Köfém Hengermű-öntődéje. A születésnapot több hónapos programsorozattal ünnepli a vállalat. Egy új játszótér, valamint egy sétány kialakítása is napirenden van.

Szinte minden székesfehérvári család legendáriumának része a Köfém, így a nyolcvanéves évfordulót az egész város közössége ünnepelheti. Hiszen – mint Cser-Palkovics András fogalmazott a szűk körben rendezett ünnepségen – a cégcsoport nemcsak hozzátartozik a megyeszékhely életéhez, fejlettségéhez, de egyfajta életérzést is jelent. Az Arconic-Köfém kiemelkedő foglalkoztató, adófizető a városban, és partnere az önkormányzatnak – tette hozzá a polgármester. A Köfém első üzemét 1941-ben alapították. A cégcsoport jelenleg a világ tíz országában huszonnégy üzemmel van

jelen. Az Arconic Európa egyik vezető alumíniumipari hengerművét és öntődéjét működteti a városban. A vállalat nagy hangsúlyt fektet a társadalmi felelősségvállalásra: évente kétszázötven ezer dollárt fordítanak Székesfehérváron erre a célra. A több mint nyolcszáz munkavállalót foglalkoztató vállalat képes volt a világjárvány okozta kihívásokra is reagálni: ahogy Gábor Balázs ügyvezető igazgató elmondta, nemcsak megőrizték piaci jelenlétüket, de növekedni is tudtak az elmúlt évben. A vállalat jövőtábor egy úgynevezett Köfém sétányt alakítanak ki a palotavárosi tavaknál: nyolcvan fát ültetnek, és egy alumíniumból készült köztéri alkotást is kiállítanak. A születésnapi programok keretében pedig egy, a múltat a jelennel és a jövővel összekötő történelmi, mégis digitális játszótér adnak át a székesfehérvári gyerekeknek, vélhetően a várfal közelében.



Kép: Molnár Artúr

A város polgármestere a nyolcvanéves születésnapi ünnepségen emléklapot adott át a vállalat székesfehérvári vezetőinek

## A város is segíti Geszti Sárát A kislány a koronavírus miatt veszítette el édesanyját

Geszti Sára héteves, Canavan-szindrómában szenved, és huszonnégy órás ápolást igényel. Eddig szülei gondoskodtak róla, különösen édesanyja, Zsédely Mária, aki a múlt héten, harminckilenc éves korában életét veszítette a koronavírus miatt.

Sári ápolása így egyedül édesapjára marad, aki lehetetlen helyzetben igyekszik helytállni. Cser-Palkovics András közösségi oldalán tudatta: a polgármesteri keretből a város is támogatja a családot.

Sárát az édesapja, valamint édesanyjának testvérei látják el. Nagymamája – szintén a koronavírus miatt – jelenleg mélyaltatásban van a fehérvári kórházban.

A kislány huszonnégy órás ápolást igényel, édesapja így dolgozni sem tud visszamenni.

„Ma telefonon beszéltem az apukával, a város pedig félmillió forintot azonnali segítséget nyújt számára a polgármesteri keretből. Arra kérek mindenkit, hogy ha teheti, segítsen a Geszti családnak, akár anyagi, akár más támogatással! Közösségünk erejét az mutatja meg, hogyan gondoskodunk a legnehezebb helyzetben lévő embertársainkról. Tudom, hogy Székesfehérvár ebben is különleges összefogásra lesz képes, cselekedjünk tehát mindannyian!” – tette hozzá a polgármester.

**Az adományokat az édesapa, Geszti Béla Csaba számára lehet átutalni:  
Számiaszám (Unicredit Bank): 10918001-00000122-57930001; IBAN: HU41 1091 8001 00000122 5793 0001; SWIFT: BACXHUHB;  
Paypal: zsedelyjzosef92@outlook.hu.  
Megjegyzés: Adomány Geszti Sárának**



Fotó: Nujaradi Fotó

Zsédely Mária és Geszti Sára

# AZ OLTÁS ÉLETET MENT

**Charlie**  
énekes

# Tényleg jó dolog segíteni!

## Önkéntesek nyomába eredtünk

L. TAKÁCS KRISZTINA, LÁTRÁNYI VIKTÓRIA

Bár egyre többen kapják meg az oltást Fehérváron is, még mindig nagy szükség van az önkéntes munkára! Főleg az idős, beteg emberek igénylik a város által szervezett önkéntesek segítségét. Riportunkból kiderül: heti egy-két alkalom, néhány óra a szabadidőből másoknak sokat jelent, ráadásul lelkiileg is feltölt!

„Be vagyok zárva a harmadik emeleten, lift nincs, egy héten egyszer lemegyek a pincébe vagy kiviszem a szemetet, de ha az ajtóba kiteszem, sokszor a szomszédok is levisszik. Unokáimat tavaly nyáron láttam utoljára. Senkit be nem engedek, maximum szerelők jöttek be hozzám. Nagyon nehéz így!” – mondja Kó Istvánné.

Sokan küzdenek Marika néniéhez hasonló problémákkal, a járványhelyzet pedig ezt még tovább súlyosbította. Segítséget kérni azonban nem szégyen: életmentő lehet, de lelki értelemben is számít, ha hetente csak egyszer is, de valaki bevásárol nekünk, vagy elmegy a gyógyszertárba. És ami még fontos: szól hozzánk néhány jó szót, ha csak az ajtóból is!



Fotó: Kiss László

Tésler Máttyás családjában természetes az önkéntes munka



Kép: Tar Károly

Kneifelné Laczkó Krisztina nem bánta meg, hogy önkéntes segítőnek állt

Kneifelné Laczkó Krisztinával egy áruházban találkoztunk – éppen pártfogoltjának, Marika néniének indult bevásárolni. Leginkább ugyanis erre van szükség, illetve a gyógyszerek beszerzésére, így a csütörtöki körben a gyógyszertár is szerepel: „Amikor szembejött velem az egyik közösségi oldalon, hogy önkénteseket keres az önkormányzat, először elvettem az ötletet. De amikor harmadszorra is megjelent ugyanaz a kép, akkor jelentkeztem. Az időből kitelik, a lányaim már nagyok. Arra gondoltam, hogy segíteni jó dolog. És tényleg jó!” – mondja a tanítónő, aki szerint nagyon egyszerű jelentkezni, mert az önkormányzat minden önkéntest szívesen lát. – „Azt a területet jelöltem meg, ami a munkahelyem és az otthonom közelében van.”

Krisztina idős néniknek és egy házaspárnak segít heti rendszerességgel, általában az élelmiszer és a gyógyszerek beszerzésében, de volt már, hogy rábízták az unokának ajándékba szánt roller megvásárlását is: „Látható, hogy örömmel veszik a segítséget, még akkor is, ha szinte minden egyes alkalommal elhangzik, hogy nehezen kérnek szívességet.” Hat üveg ásványvíz, némi élelmiszer a főzéshez és a gyógyszerek – ezzel lépcsőzünk fel a harmadik emeletre, Marika nénihez. Az idős hölgy az ajtóban vár. Állni, menni csak néhány percig

tud. Azt mondja, szinte mindene fáj, a szeme azonban életerőről árulkodik: „Nekem annak idején a férjem és a lányom sem segíthetett! Mindent magam szeretek intézni: a takarítást, a főzést most sem engedem át másnak!”

Aztán persze azt is megtudjuk, hogy amikor beköszönt a jó idő, leköltözik Gardonyba, ahol nincs emelet, viszont van egy nyolcvankilenc éves barátja, akinek meg ő segít, ahogy tud: „Krisztinával nagyon jól jártam, nagyon kedves, és mindig mindent megott nekem, amire kértem. Ha rábíztam, hogy szép húst hozzon, akkor szépet hozott, mondtam, ha szép a narancs, hozzon, azt is meghozta. Spóroltam is, mert sokkal kevesebbet költöttem, hiszen az ember a szemével is vásárol, ha elmegy a boltba, azt is megveszi, amire nem biztos, hogy szüksége van!”

Marika néni barátnőinek is ajánlotta, hogy jelentkezzenek az önkormányzatnál, ha segítségre van szükségük: „Az egyik barátom jelentkezett is. Hozzá először a polgármester gépkocsivezetője vitte a boltból a dolgokat, mert helyettesített valakit, de most már neki is egyvalaki segít rendszeresen.”

Nemcsak a középkorúak éreznek felelősséget az idősebbek iránt: vannak olyan fiatalok is, akik egyetem és munka mellett szívesen pártfogolnak másokat. Ilyen Tésler Máttyás is, aki az önkéntes munka természetességét a családjából hozta: „Mostanában kevés dologt lehet csinálni a szabadidőben, úgy gondoltam, valami hasznossal tölteném az időmet. A munkahelyemen dolgoztam, amikor a Vörösmarty Rádióban hallottam, hogy van ilyen lehetőség. Úgy gondoltam, kipróbálom, nem veszíthetek rajta semmit! Decemberben jelentkeztem, utána néhány napra már kaptam is az első címet. Nem állt tőlem távol ez a tevékenység, mert amikor még kisebbek voltunk a bátyámmal, anyukámmal rendszeresen elmentünk önkénteskedni, ő egy karitászcsoporthoz tagja.”

Az önkormányzat tavaly ilyenkor indította el önkéntesprogramját. Akkor százra jelentkeztek, hogy segítsenek másokon, és körülbelül ugyanennyien igényelték az önkéntesek támogató munkáját. A program jelenleg is olajozottan működik: „Most egy kicsit más a helyzet, mint tavaly tavasszal, de

még mindig százharminc körüli az idősök száma, akiket ellátunk – mintegy száz önkéntessel. Ez is megmutatta azt, hogy az élet sok területén ki tudjuk használni azt a pozitív emberi hozzáállást, hogy önkéntesen segítsünk egymásnak.” – mondja Mészáros Attila alpolgármester. Ezért a jövőben a városvezetés létrehoz egy olyan rendszert, melynek keretében egy erre a célra kialakított honlapon hozzák össze az önkénteskedni kívánókat és azokat, akik segítségre szorulnak.

Sokféleképpen lehet segíteni: Keller János tavaly, a járvány kezdetekor önkéntes ebédszállítóként segítette az idősök ellátását, majd a veszprémi és a fehérvári színház kezdeményezéséhez csatlakozva az élő színház varázsát vitte el az otthonokba. Jelenleg a mentőszolgálatnál önkénteskedik: „Novemberben elkaptam én is vírust, és ahogy túlestem rajta, megfogalmazódott bennem: meg kell hálálnom, hogy körház nélkül megúsztam a dolgot! Akkor meghallottam, hogy a mentőszolgálatnál várnak önkénteseket, így december elseje óta vagyok – jelenleg is – az Országos Mentőszolgálatnál.” – meséli a színművész, akinek a feladata összetett és sokrétű. – „A betegirányítási részlegen vagyok, ahol most a koronavírusos betegek irányítása is történik. Ez azt jelenti, hogy miután a háziorvosok, gyerekorvosok beküldik a házra a kérést, egyesével fel kell hívni minden embert, tájékoztatni kell róla, hogy mit szabad és mit nem, be tud-e jönni vagy sem. Nyilván ez nem egy sima telefonbeszélgetés, hiszen minden ember máshogy reagál arra, hogy elkaphatta a vírust. Vannak nehéz esetek és helyzetek, amiket kezelni kell!”

Keller János a legkeményebb időszakban is igyekszik megőrizni a humorérzékét, aminek az emberek is örülnek: „Nap mint nap szembesülök azzal, hogy a mentőszolgálatnál a legnagyobb leterheltség mellett is mindenki tiszta szívvel, legjobb tudása szerint dolgozik az emberekért!”



Fotó: Keller János archívuma

Keller János azt mondja, amióta önkénteskedik, még jobban látja, micsoda küzdelem zajlik a frontvonalban. Minden nap nyolc órában, a betegirányítás területén dolgozik a veszprémi mentőszolgálatnál.

**m 59**  
ÜZLETI PARK

„Én is itt bérelek mert alacsony a rezsi és nincsenek rejtett költségek.”

RAKTÁRAK,  
MŰHELYEK  
22 / 500-153

zárkózóipari  
HTTP Bt.  
Nagy Zoltán  
Ügyvezető

# Diótörőcske

VAKLER LAJOS

Online olvasópróbával kezdődött meg a Diótörőcske próbafolyamata. A Vörösmarty Színház május végén tervezi bemutatni Csukás István utolsó, külön a fehérvári színház felkérésére készült mesedarabját. Az előadást Kerkay Rita rendezzi, aki alapos kutatómunkával állt neki a koncepció kidolgozásának.

A darab vezérmotívuma az elfogadás, legyen szó a gyermeknél önmaga elfogadásáról vagy a másik hiányosságairól. A gyermeki barátság szövődéséről szól, ahogy a kis emberek megpróbálják önmagukat definiálni. Kerkay Rita, aki már az elmúlt színházi évadban, az Odaadó hívetek, Surik színpadra állításával is bizonyította rendezői kvalitásait, alapos kutatómunkával állt neki a koncepció kidolgozásának: „Nagyon sok a párhuzam a két mű között, túl az alapmotívumokon is. Míg Hoffman egy gyermeklány fejlődéstörténetét ábrázolja a Diótörőben, a férfi princípálisból való kilépés folyamatát írja le, addig Csukás István az önellátásról szóló két testvér életében, illetve arról, hogy miként fogják önmagukat defini-



Fotó: Simon Erika

Kerkay Rita számára nagy kihívás a Csukás-darab rendezése

álni a későbbiekben, mivel szeretnének válni, hogyan próbálják a maguk játékos esetlegességét, függetlenségét hősiessé tulajdonságokká nagyítani képzeletükön keresztül. Már háromnegyed éve megkezdtek a felkészülést, tehát volt rá elég időnk, hogy a közös gondolatainkat egyeztessük. Ezek bekerülnek a próbafolyamatba, emellett pedig alkotótársaimmal együtt folyamatosan ötletünk.”

A darab dramaturgia, Perczel Enikő, aki végigkísérte az alkotás létrejöttét Csukás Istvánnal, az olvasópróbán elmondta: 2018-ban merült fel a gondolat, hogy a Diótörő kapcsán adja magát a folytatás, aminek természetes ívet adott Csukás István alkotói jelenléte. Perczel Enikő másfél esztendőn át vett részt az alkotói folyamatban, melynek az író fájdalmas halála vetett véget.

A zeneszerző Matkó Tamás, aki a Nuka, a világjáróban már belekóstolt a társulattal közös munkába. Az előadás koreográfiáját a társulat színművésze, Kádas József jegyzi, aki úgy fogalmazott: izgalmas gesztusokat, mozgásformákat tervez.

## Törőcsik Mari Fehérváron

VAKLER LAJOS

Gyászol a színházi világ. Életének nyolcvanhatodik évében megtért a teremtőhöz a magyar színjátszás történetének kimagasló alakja, Törőcsik Mari. A Nemzet Színésze és a Nemzet Művésze címmel kitüntetett, háromszoros Kossuth-, kétszeres Jászai Mari- és Balázs Béla-díjas színművésznő, érdemes és kiváló művész, a Halhatatlanok Társulatának örökös tagja, a magyar kulturális élet legtöbb díjazott művésze megannyi felejthetetlen alakítása színpadon és filmen egyaránt kultúrtörténeti jelentőségű pillanatokkal ajándékozta meg a színház- és filmbarátokat. Az alábbiakban egyik Székesfehérvári látogatásának történetével idézzük meg emlékét.

2012. november 12-én különleges ünnepre készült a Vörösmarty Színház. Egy olyan színház történeti eseményre emlékeztek, mely városunk kulturális életében kiemelt jelentőséggel bír: 1962. november 7-én ugyanis megnyílt a felújított Vörösmarty Színház, mely

mintegy húsz évig romosan árválkodott a királyi város szívében.

Az évfordulóra Szikora János, a teátrum igazgatója meghívta az 1962-es nyitóelőadást, a Csongor és Tünde két címszereplőjét, Törőcsik Marit és Bitskey Tibort, akik egy jó hangulatú pódiumbeszélgetésen idézték fel a korszakos előadás történetét.

A kötetlen diskurzusban a Fehérvár hetilap kérdéseire Törőcsik Mari – viszszatekintve a fél évszázaddal azelőtti történetekre – úgy fogalmazott: „Nagy megtisztetésnek érzem, hogy részese lehettem a fehérvári színház újrainvitálásának! Egy színház újjáépítése valami csoda megszületése, a művészet ünnepe, mindig felemelő érzés.”

A művészno játékosan még hozzátette: pontosan emlékszik arra is, mennyire fáztak az előadás alatt, hiszen az épület hátsó része még nem volt lezárva, így nagy takarók védték őket a hidegtől.



Fotó: Simon Erika archív

Törőcsik Mari, Szikora János és Bitskey Tibor a pódiumbeszélgetésen

## Kora Árpád-kori leletek Szabadbattyán határában

LÁTRÁNYI VIKTÓRIA

Egy kora Árpád-kori település nyomait tárták fel Szabadbattyán határában, ahol a Szent István király Múzeum munkatársai régészeti megfigyelést látnak el egy vasút-vonal-villamosítással kapcsolatos nagyberuházásnál.

„A település valószínűleg kisebb, falusias jellegű lehetett, ahol húsz-harminc család élhetett. Az Árpád-kori falvak jellegzetes objektumai az elszórtan vagy csoportokban elhelyezkedő, félig földbe mélyített veremházak, kültéri kemencék és tárolóvermek, valamint a különféle funkciókat betöltő árkok. A közelben található két nagyobb kiterjedésű település is, Tác-Föveny és Fehérvár, melyekkel valószínűleg kereskedelmi kapcsolatban állt a falu.” – árulta el lapunknak Kiss

Alexandra régész. A Szent István Király Múzeum munkatársa azt is elmondta, hogy valószínűleg a település szelét találhatták meg, és tíz Árpád-kori jelenséget sikerült azonosítaniuk: a tárológödörből került elő számos kerámiadarab, többek között egy nagyobb edény töredéke. –

„Az edényt hullámvonal díszíti. Ez jellegzetes kora Árpád-kori kerámia, ennek segítségével tudtuk a település korát meghatározni.”

A feltárt árokszakaszok egy része a vízelvezetés és telekhatárolás mellett a háziállatok körülkerítésére is szolgálhatott. A feltárás során a mindennapi élet használati eszközei, a már említett kerámiaedények, illetve csonteszközök kerültek elő, melyeket a település lakói maguk készíthettek.



Fotó: Látrányi Viktória

A régészeti feltárás során előkerült csonteszközöket és kerámiatöredéket mutatja Kiss Alexandra

## Fehérváron is szünetelnek az onkológiai szűrések

SZABÓ MIKLÓS BENCE

A többi egészségügyi intézményhez hasonlóan Fehérváron is szünetelnek az onkológiai szűrések. A vizsgálatokat Kásler Miklós függesztette fel a kórházak járvány okozta túlterheltsége miatt.

A miniszter a döntést a kórházi adatokra hivatkozva hozta meg, melyek szerint továbbra is nő a fertőzöttek, fertőzéses esetek és a kórházi ellátást igénylő betegek száma.

Szántó István, a Szent György Kórház Onkológiai osztályának osztályvezető főorvosa elmondta, hogy az intézkedés a betegek ellátását nem akadályozza, csak az egészséges emberek megelőző szűrővizsgálata szorult most háttérbe a járvány miatt. A betegek gyógyítása változatlanul folyik, ugyanazzal a gondossággal: „Ha valakinek komoly tünete vagy panasza van, ami arra utal, hogy daganata lehet, késlekedés nélkül megvizsgáljuk. Most a szokásos, általános vagy éves egészségügyi szűrővizsgálatok maradnak el, amikkel sok mindent meg lehetne előzni, de más súlyú



Az általános, éves szűrővizsgálatok maradnak csak el, ha valakinek tünete van, késlekedés nélkül megvizsgálják

ez a jelen körülmények közt, mint a betegek gyógyítása.” A főorvostól megtudtuk: ha valakinek tünete van, változatlanul az úgynevezett szolgálati út betartását javasolják, vagyis a beteg forduljon a megfelelő szakrendelőbe. Szántó István hangsúlyozta: a szűrések felfüggesztéséről nem az egészségügyi rendszer tehet, ez a koronavírus-járvány következménye, mely jelenleg is nagy terhet ró a kórházakra.

## Állami segítség az SMA-betegeknek

Áprilistól egyedül méltányosság alapján válik elérhetővé az SMA-betegek kezelésére alkalmas génterápiás gyógyszer – közölte az emberi erőforrások minisztere pénteken.

Kásler Miklós arról adott tájékoztatást, hogy a gerincvelő-eredetű izomsorvadásban (SMA) szenvedő betegek számára kulcsfontosságú megállapodást kötött a Nemzeti Egészségbiztosítási Alapkezelő, így egyedül méltányosság alapján már elérhető a Zolgensma nevű készítmény, amit a világ legdrágább gyógyszerének tartanak. „A rendkívül drága készítmény alkalmazására korábban szinte kizárólag közösségi adakozással nyílt lehetőség Magyarországon.

Az érintett kisgyermekéért formálódott összefogás erejét mutató, felemelő és megható történeteket ismerhetünk meg az utóbbi években.” – fogalmazott a miniszter. Az új megállapodás értelmében a gerincvelő-eredetű izomsorvadásban szenvedők hamarabb és könnyebben juthatnak majd hozzá a nélkülözhetetlen kezeléshez. Az ország először Zentén gyűjtötte össze a hétszázmillió forintot a kezelésre. A Zolgensmának köszönhetően a kisfiú már kapaszkodva jár, és gurulós járássegítőben egyedül sétál. Zente után a Fejér megyében élő Levente is megkapta a Zolgensmát, mellyel esélye lett egy teljesebb életre.

## Lecsapott a plüsskommandó!



Másfél millió forint értékű adományt adott át a múlt héten a kórház korszultosztályának az Alapítvány az Alapítványokért. A „Plüsskommandó” által készített babafészekcsomagok a legkisebbeknek segítenek a fejlődésben: olyan segédeszközök, melyek az egészen kicsi súllyal született, inkubátorban fekvő babáknak teszik komfortosabbá a kórházi tartózkodást. L. T. K.

## Több, mint 50 szakember, több, mint 40 féle felnőtt és gyermek szakrendelés 4 épületben 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-gégészet
- Hepatológia
- Neurológia
- Bőrgyógyászat
- Afázia terápia
- Neurofiziológia, ENG - EMG vizsgálat
- Hematológia
- Obezitológia
- Lipidológia
- Aspirációs citológia
- Pacemaker gondozás
- Nőgyógyászat

ZAVARTALAN NYITVATARTÁS

### GYERMEK SZAKRENDELÉSEK:

- Csecsemő- és gyermek vértétel (H-Sz)
- Csecsemő- és gyermek ortopédia
- Csecsemő csípőszűrés ultrahanggal
- Csecsemő és gyermekgyógyászat
- Csecsemő- és gyermek gasztroenterológia
- Csecsemő-, és gyermekkardiológia
- Gyermek- és ifjúságpszichológia
- Fül-orr-gégészet
- Ultrahang
- Dietetika
- Csecsemő- és gyermek endokrinológia
- Csecsemő- és gyermek diabetológia
- Gyermeksebészet
- Gyermekpulmonológia
- Gyermek- és ifjúságpszichiátria
- Gyermekneurológia

### EGYÉB SZOLGÁLTATÁSOK:

- PCR, antigén és ellenanyag vizsgálat
- Arcesztétikai kezelések (botox, hialuronsav)
- H2 kilégzésvizsgálat
- Folyamatos vércukor monitorozó szenzor (CGM)
- Covid fertőzés utáni szűrőcsomagok
- SOS diagnosztika ujjbegyből vett minta alapján (CRP – gyulladás szint, HGBA1C – 3 havi vércukor átlag)
- Afázia terápia (agyszerülés utáni beszédfejlesztés)

Pácienseink részére ingyenes privát parkoló áll rendelkezésre.



Székesfehérvár, Nagy László u. 1.  
Bejelentkezés:  
22/500-300 • www.mentahaz.hu

## WIDEX® HALLÓKÉSZÜLÉK STÚDIÓ

INGYENES  
HALLÁSVIZSGÁLAT  
ÉS PRÓBAHORDÁS!

HALLÓKÉSZÜLÉK  
AKCIÓ



Widex U30 teljes ár:

**39.900 Ft**



**SZÉKESFEHÉRVÁR**

Palotai út 3. /Piac 1. em.

**Egyeztessen velünk időpontot!**

06 (1) 770 0298

06 (70) 629 8511

**A járványügyi helyzetnek megfelelően a szükséges óvintézkedések betartásával várjuk Önöket!**

Az akció 2021. 05. 21-ig vagy a készlet erejéig érvényes. Akciós hallókészülék vásárlása kizárólag teljeskörű audiológiai vizsgálat után lehetséges, ha a halláscsökkenés megfelelően ellátható a készülékkel. A vizsgálat és az illesztés a szakmai irányelvek maximális betartásával történik.

# Fogyhatunk-e banáندیétával?

TEMESVÁRI MÁRTA

A banánt szinte mindenki szereti. A diétából viszont általában száműzni kényszerülünk, mert félünk magas kalóriatartalmától. Létezik azonban egy diéta, melynek alapja ez a finom gyümölcs, és követői szerint fogyást eredményez.

lehet enni, az ebédet és a vacsorát illetően sincsen korlátozás. A köztes étkezésekben is ehetünk banánt, ám a különböző desszertek és az alkohol tilos! Sőt este nyolc után már nem szabad semmit se enni, és éjjel előtt le kell feküdni aludni.

amit úgy húsz éven át hallhattunk mindenhol, hogy étkezés előtt igyunk meg egy pohár vizet, és nem fogunk tudni annyit enni, mint nélküle – s így beáll majd a fogyás is. Ha a nassolnivalónk a főétkezések között banán, akkor még mindig

ban, hogy csak meghatározott időben étkezzünk, és az édességeket, desszerteket kerüljük. Kevesebb lesz a kalóriabevitelünk, és egyre inkább figyelni fogunk arra, hogy mit eszünk ebédre és vacsorára. Vagyis nem maga a banán lesz itt a lényeg, hanem a „körítés”.



Fotó: Kiss László

Ennyi kell hozzá, semmi más!

Tíz évvel ezelőtt hiánycikk lett a banán Japánban. Hogy miért? Mert elterjedt a „banáندیéta”, melynek olyan óriási követőtáborra lett, hogy a kínálat már nem tudta követni a keresletet. A diéta feltalálója, Hitoshi Watanabe japán gyógyszerész szerint, ha reggel banánt eszünk és szobahőmérsékletű vizet iszunk, akkor mindegy, mit fogyasztunk a nap további szakaszában, fogyni fogunk. Hogy még pontosabbak legyünk: reggelire akár mennyi banánt meg

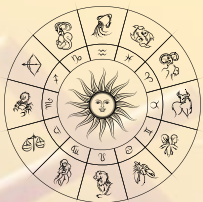
Így már talán kezd világossá válni, hogy miként lehet fogyni az egyébként magas kalóriatartalmú gyümölccsel... A banánban olyan enzimek vannak, melyek felgyorsítják az emésztési folyamatot. Ráadásul a benne lévő rezisztens keményítő sokáig telítettségérzést eredményez. A szobahőmérsékletű víz azért szükséges, mert segíti az emésztést, csökkenti az étvágyat, gátolja a székrekedést. Bizonyára mindenkinek ismerős az a tanács,

jobban járunk, mintha édességeket ennénk – ami tiltott ebben a diétában is – és megszűnik az édesség utáni sóvárgásunk, mivel a banán is édes. A desszertek kiiktatásával csökken a zsír- és cukorbevitelünk, miközben a vér-cukorszintünk stabilizálódik. Aztán itt van a vacsora elhagyása, az esti nassolás kiiktatása – ez is tökéletes megoldás arra, hogyan határolódjunk el a plusz kalóriáktól. A lényeg tehát a „banánon túli” szabályok betartásában rejlik. Ab-

A japánok gyorsan fogyni kezdtek, mert könnyen be tudták tartani a diétát. Kevésbé szegték meg, mint más diétákat, mert úgy érezték, hogy itt nincsen annyi kötöttség, kényszer, nem kell olyan sok dologról lemondaniuk. Megjegyezendő mindemellett, hogy egyetlen diétával sem érhetjük el a vágyott testet akkor, ha mellőzzük életünkben a sportot! E kettő együtt, a helyes táplálkozás és a mozgás eredményez szebb formát!

## Horoszkóp

2021. ápr. 22. – ápr. 28.



### Kos 3. 21. – 4. 20.

Minden esély megvan rá, hogy a héten kockázatos lépéseket tesz a szakmai életében, de idővel mindez bőségesen kifizetődik. A csapatmunka azonban elengedhetetlen a sikerhez, ezzel jó, ha tisztában van!

### Bika 4. 21. – 5. 20.

Ez a hét tele lesz romantikus lehetőségekkel, ezért nagyon izgalmas és különleges időszak lehet egy bontakozó kapcsolat számára. Szintén remek lehetőségek várnak a tanulóokra is, akik megmutathatják a bennük rejlő tehetséget.

### Ikrek 5. 21. – 6. 21.

Ez egy csodálatos időszak az Ikrek számára, hiszen azt fogja látni, hogy a világ a lába előtt hever. Azt tapasztalja majd, hogy visszakap mindent az Univerzumból, amit beleadott, ez pedig arra sarkallja, hogy a legjobbat hozza ki önmagából.

### Rák 6. 22. – 7. 22.

Ez a hét kissé nehéz lehet Önnek: számtalan akadály, kihívás állhatja útját élete számos területén. Ne feledje időről időre megtalálni az egyensúlyt az életében, hiszen ez nagyon fontos a lelki egészsége szempontjából!

### Oroszlán 7. 23. – 8. 22.

Néha az élet a legváratlanabb forrásokból hozza a legkellemebb meglepetéseket! Ezen a héten azt látja majd, hogy a pénz egy szokatlan helyről kezd áramlani Önhöz. Ez lehet egy ajándék vagy egy baráttól kapott kölcsön.

### Szűz 8. 23. – 9. 22.

Ez a hét nem lesz túlságosan fényes a szerelem terén. Bizonyos időszakos nehézségek és félreértések vannak ugyanis kilátásban. Lehet, hogy a párja és Ön között viták ütnek fel a fejüket, amiket azonnal kezelni kell, különben csak még jobban elmérgesednek!



## Virágos Székesfehérvár

# Április huszonkettedikén indul a növények kiosztása

BÁCSKAI GERGELY

Tavaly ősszel majdnem hét és fél ezer pályázat érkezett be a Virágos Székesfehérvár programra, ennek alapján mintegy kétszáz ezer növényt oszt ki a Városgondnokság a pályázók között. A növények és a komposztkeretek átvételéhez időpontot kell foglalni – erről minden pályázó a megadott e-mail-címén kap értesítést a napokban.

Április huszonkettedikén kezdődik az akció a családi házas C csomagok, azaz a komposztkeretek és a vadvirág-magkeverék kiosztásával. A csomagokért csak személygépjárművel lehet majd érkezni a Selyem utcai parkolóba.

A növények kiosztása szabadterén zajlik, a járványügyi előírások betartásával. Minden városgondnoksági dolgozón megfelelő védőeszközök lesznek. Kialakítják a járművek ki- és behajtásának rendjét: az átadóponthoz nyitott csomagtartóval közelíthetik meg az autók, a növények átvételkor a vezető nem szállhat ki, a Városgondnokság munkatársai pakolják majd be a növényeket a csomagtartóba.

A növények kiosztásának idejére megváltozik a parkolóként használt területen a behajtási és parkolási rend. A Horog utca felőli terület a kordonig továbbra is par-



Fotó: Bácskai Gergely

A Városgondnokság kéri, hogy a növénycsomagokért érkezők tartsák be az előzetesen lefoglalt időpontot, pontosan érkezzenek!

## Tanulni sohasem késő! – Online konferencia az 50 év felettek digitális vállalkozói készségeinek fejlesztése érdekében



2021. április 13-án rendezte meg a Közép-dunántúli Regionális Innovációs Ügynökség és az Innoskart Vállalkozásfejlesztési Nonprofit Kft. az eDigiStars projekt nemzetközi online konferenciáját.

A konferencia olyan hazai és nemzetközi gyakorlatok, módszerek bemutatására irányult, amelyek a projekt célcsoportjának digitális készségfejlesztését és munkaerőpiaci helyzetének megerősítését célozták.

Az eseményen osztrák, bolgár és magyar szakemberek mutatták be, hogy az egyes országokban milyen kezdeményezések vannak az 50 év felettek munkaerőpiaci lehetőségeinek javítására, és közösen megvitaták, hogy tapasztalataik miként építhetők be az eDigiStars projektben résztvevő országok jelenlegi gyakorlataiba, képzési programjaikba. Claus Jungkunz a felső-ausztriai térségben működő, a célcsoportot segítő hálózatokról beszélt, Ilin Dimitrov a bolgár turisztikai szektorban végbemenő digitalizációs folyamatot mutatta be, Körmendy Gál a digitális készségfejlesztés hazai helyzetét és kihívásait elemezte, Tihanyi Zoltán az Európai és Nemzetközi Számítógép-használói Jogosítvány szerepét hangsúlyozta, Dörner Attila pedig a Szomszédok Nyugdíjas Szövetkezet tevékenységét ismertette.

A rendezvénybe bekapcsolódó közel 80 néző Szaplanczy Orsolya és Bende Csaba előadásából átfogóan megismerhette azt a makroregionális stratégiát, valamint az ehhez kapcsolódó eszközöket, amelyek segítségével a partnerség fejlesztési kívánja az 50 év felettek digitális készségeit Ausztriában, Bosznia-Hercegovinában, Bulgáriában, Csehországban, Romániában, Szlovéniában, Ukrajnában és Magyarországon.

A projektről további információt talál a <http://www.kdriu.hu/e-digistars/> oldalon, illetve visszanézheti a rendezvény videofelvételét is.

A projekt a Duna Transznacionális Programból az Európai Fejlesztési Alap támogatásával, az Európai Unió és a Magyar Állam társfinanszírozásával valósul meg. Magyar partner részvétele a projektben a Magyar Állam társfinanszírozásával valósul(t) meg. Project co-funded by European Union funds (ERDF, IPA, ENI).

kolóként működik, és a járművek a Horog utcai kapukon keresztül tudnak be-, illetve kihajtani. A Selyem utca 1. felőli terület rész viszont le lesz zárva. Az április 20-tól május 20-ig tartó időszakban csak a növények átvételére érkezők hajthatnak majd be a Halász

utcai kapun, a kihajtás pedig a Selyem utca felé történik. Évről évre egyre több fehérvári kapcsolódik be a vonzóbb városkép kialakításába ingatlanja virágosításával. Az idén kiosztásra kerülő növényekre még tavaly ősszel lehetett pályázni.



### Mérleg 9. 23. – 10. 22.

Ez a hét mind az anyagi, mind az egészségi helyzete szempontjából nagyon kedvező. Az Önből áradó biztonság lehetőséget teremt arra, hogy szabadbá váljon, és számtalan választási lehetősége legyen. Bizzon önmagában, és ne térjen le az útról!

### Skorpió 10. 23. – 11. 22.

Ezen a héten számba veszi a magánéletét, és bizonyos kihívásokkal, problémákkal, vitákkal kell szembenéznie. Bizonyos dolgokat már régóta a szőnyeg alá söpör, és fél szembenézni velük. Nem kell minden terhét magával cipelnie, engedjen el mindent, ami nem viszi előre!

### Nyilas 11. 23. – 12. 20.

Ezen a héten ragadjon meg minden lehetőséget arra, hogy megmutassa az Önben rejlő tehetséget! A hét szintén remek alkalmat nyújt arra, hogy új munkahely után nézzen. Ez ugyanis még magasabb szintre emelheti a karrierjét.

### Bak 12. 21. – 1. 20.

Ezen a héten mentálisan és érzelmi is megterhelte magát, ezért fontos, hogy higgadtan hozzon döntéseket! Mindig számíthat arra, hogy a megfelelő ember ott lesz Ön mellett a bajban, és segíti, ha kell. Ne féljen tanulni másoktól!

### Vízöntő 1. 21. – 2. 18.

Ez a hét nagyszerű arra, hogy valamilyen nyereségre tegyen szert, ami lehet akár pénz, akár emberi kapcsolatok. Bármilyen formában érkezzen is, nagyon örülni fog neki. A kommunikációja szintén sokkal jobb lesz, és ezzel nagyot léphet előre!

### Halak 2. 19. – 3. 20.

Habár nem keresi a szerelmet, most mégis nagyon nyitott lesz a romantikára. Olyan személlyel ismerkedik meg, aki ugyanolyan finom és érzelmes, mint Ön. Azonban óvakodjon azoktól, akiknek az energiái nagyon dominánsnak, agresszívnek vagy túlságosan intenzívek!



## Gyümölcs nélküli nyárra készülhetünk!

VAKLER LAJOS

**Biztos, hogy a magyar boltok pultjain, illetve a zöldséges standokon kevesebb hazai gyümölcsöt fogunk találni. A kajszi- és az őszibarack-ültetvények sokaságát tizedelhatték meg az elmúlt napokban tapasztalható fagyok szerte az országban.**

Nagy bizonyossággal állítható, hogy a húsvéthétfő után néhány napig tartó hidegnek a kajszi- és az őszibarack jelentős része áldozatul esett.

Buzsik Attiláné bodakajtori őstermelő elmondta: a termelők és gazdálkodók egyre rosszabb hely-

zetben vannak, tartalékaik végén járnak. Emlékeztetett rá, hogy az idei sorban a harmadik év, amit tavaszi fagyok sújtanak, ez pedig komoly bevételkiesést eredményez. Az elmúlt évben a kárenyhítési alaptól a márciusi fagyok nyomán több mint huszonhétezer hektárnyi ültetvény tulajdonosa kapott valamilyen mértékű juttatást. Ezúttal is ebből a forrásból – a tavalyi is érvényes szabályok alapján – kompenzálják a gazdákat, akik a mostani, egységes kérelembenyújtási időszakban – május közepéig – önkéntesen csatlakozhatnak az alaphoz.



Elkeserítő a gyümölcsösök helyzete

## Válságban a méhészágazat

VAKLER LAJOS

**Az elmúlt időszakban tartósan fagyponthoz alatti maradt az éjszakai hőmérséklet. A méhészek már megkezdtek a felmérést, hogy mekkora kárt okozott ez az állományban.**

Az akácmez hazánkban rendkívül keresett, ugyanakkor a szélsőséges időjárás miatt egyre kevesebb lesz belőle. A tavaszi hideg sem kíméli az éppen virágzó akácerdőket, melyek a sík vidékeken jőszerivel teljesen elfagytak. Kiss Norbert, a Fejér Megyei Méhészek Egyesületének elnöke nem titkolja, hogy nehéz időszak előtt áll a méhésztársadalom, és ez mindenképpen érinti a vásárlókat is: „Az akácmez az egyik legfontosabb bevételi forrásunk. Az itthoni mézfajták közül ez az egyik legdrágább, amit nagy mennyiségben termelünk. Saj-

nos megismétlődött a tavalyi helyzet: háromszor is fagyot kaptak az akácerdők, így a mélyebben fekvő területeken a virágok többsége elfagytott, csak a dombokon-hegyeken honos fákra hagyatkozhatunk. Idén is borzasztó évre számítunk. Ez annál is inkább megviseli a méhésztársadalmat, mert arányában az akácmez a harmadát teszi ki egy méhész egész évi méztermésének. Emellett fontos a repce és a napraforgó is, de ahogy a repcetáblákat nézzük, idén ezzel is problémák lehetnek, hiszen még alig kezdődött meg a virágzás. Ez az árakra is hatással lesz. Az akácmez ára valószínűleg jelentősen, akár másfél-kétszeresére is emelkedhet. A helyzet megviseli a méhcsaládokat is: a márciusi hideg időszak után egy teljes generáció tűnt el. Ebben a helyzetben fogunk nekiindulni az akácokban, illetve a repceföldeken a méz begyűjtésének.”



Reméljük, továbbra is csurran-cseppen!

**fmc.hu**  
székesfehérvári központ

**EBÉDRENDELÉS  
HÁZHOZ SZÁLLÍTÁS**

**HÁZHOZ VISSZŰK!**  
Minden,  
ami házhozszállítás

További információ: [www.fmc.hu/hazhozszallitas](http://www.fmc.hu/hazhozszallitas)

A tavalyi év óta felértékelődött a házhoz szállítás, ami a jelenlegi helyzetben sok cégnek a túlélést jelenti. Az [fmc.hu](http://fmc.hu) oldalon elkezdtek összegyűjteni azokat a székesfehérvári és Székesfehérvár környéki vállalkozásokat, amelyek vállalják termékeik kiszállítását.

A koronavírus-járvány miatt jócskán átalakult, behatárolódott az életünk: nem is olyan egyszerű hozzájutni a kedvenc sütinkhez, menükhöz, sőt ha éppen érintettek vagyunk, akkor a bevásárlás elintézése is akadályokba ütközhet.

**Egyértelműen felértékelődött a házhoz szállítás szerepe, egyre több cég vállalja, hogy kiszállítja termékét, árúját.**

Az [fmc.hu](http://fmc.hu) házhoz szállítás oldalán összegyűjtöttük azokat a székesfehérvári és Székesfehérvár környéki vállalkozásokat, amelyek biztosan elhozzák otthonunkba termékeiket, és ezzel a szolgáltatásukkal is hozzájárulnak a mindennapok megkönnyítéséhez. A lista még természetesen nem teljes, folyamatosan bővítjük!

A lenti lista azon olvasóink számára készült, akik szívesen rendelnének – visszajelzések alapján sokan tennének így – de nem használják még aktívan az internet adta lehetőségeket:

Étterem/szolgáltató	Rendelés
Viniczai Étterem	20 420 5025
Saveur Kávézó és Cukrászda	20 466 5363 22 814 408
Pátria Kávézó és Étterem	22 397 089 70 627 0534
Chameleona Ételbar	70 947 4554 22 789 300

Forrás: [www.fmc.hu](http://www.fmc.hu)

**Rendelés esetén kérjük közvetlenül az éttermet, szolgáltatót legyenek szívesek keresni!**

Azon cégek, akik csatlakozni szeretnének a [www.fmc.hu/hazhozszallitas](http://www.fmc.hu/hazhozszallitas) felülethez, kérjük, keressék kolléganőnket és tájékoztatni fogja Önöket a részletekről: [urban.eniko@fmc.hu](mailto:urban.eniko@fmc.hu) vagy 30 306 9623

[www.fmc.hu/hazhozszallitas](http://www.fmc.hu/hazhozszallitas)

# Hajas Norbert, az akaraterő bajnoka

VAKLER LAJOS

Az elmúlt héten a megyeházán Molnár Krisztián, a megyei közgyűlés elnöke és Tessely Zoltán miniszterelnöki biztos, országgyűlési képviselő köszöntötte és emléklappal ajándékozta meg Hajas Norbert parasportlót, aki ismét győzelmeikkel tért haza, ezúttal Lengyelországból, az Erőemelő Európa-bajnokságról.

*Székesfehérváron születettél, Pettenden nőttél fel, ahol jelenleg is élsz. Milyen sporttal foglalkoztál gyermekként?*  
Mint minden gyerek abban az időben, én is futballoztam, ami elég jól ment, voltam Fehérváron tehetségkutatón is.

*Autószerelőként végeztél a középiskolában. Aztán hivatásos jogosítványt szerezted, és sofőrként dolgoztál Svédországban, de megjárta Németországot is. Már akkoriban is foglalkoztál erőemeléssel?*  
Igen, de nem ilyen szinten. A kamionban volt egy egykezes súlyzó, és a parkolóban is edzettem. A németországi pihenők alatt a parkokban futottam, de ezt mindenütt megtettem, bármelyik országban jártam. *2006 júniusában történt a baleseted, ami teljes egészében meghatározta az életedet.*

Azon a napon elmentem a kamionnal megrakodni, majd elindultam Velencére egy kávézóba, elszámolni az aznapi munkáról. Így is történt, ittam egy üdítőt, majd elindultam haza, hiszen hajnalban utnak kellett indulnom újra. A velencei állomásnál jöttem motorral a kápolnásnyéki felüljáró felé, amikor



Hajas Norbert példa és példakép

törést, bokatorést, csukló-, medence- és bordatorést állapítottak meg a vizsgálatok a bal oldalon. *Számtalan műtét várt rád. Mikor derült ki, hogy a vártnál is súlyosabbak a sérüléseid?*  
Tíz napig mesterséges kómában tartottak. Édesanyámat kérdezték, hogy mi történjek velem. Ahogy ő

kesféhérváron voltam két hétig a kórházban, majd átkerültem a Budapesti Baleseti Intézetbe, és jöttem hozzám minden nap. Mindennel elláttak.

*A kórházi időszak alatt sikerült meg-erősödnöd lelkileg és fizikailag?*  
Gyorsan túl tudtam tenni magamat a történéseken, és ki is mondtam, hogy újra motorozni fogok.

*Ebben nyilván nagyon sokat segített a családod, a barátod és a kedvesed is, aki azóta már társad a mindennapokban.*

Ez volt számomra a legfontosabb! Két évvel később megszületett a gyermekünk is.

*Mikor kezdted újra motorozni?*

Három évvel később. Előtte újra kellett tanulnom járni, hiszen hét hónapig tolókoscsiban ültem, majd járókerettel közlekedtem.

*Hogy jött az életedbe az erőemelés?*

Előtte csak edzőterembe jártam, majd meghívott egy ismerősöm egy fekvenyomóversenyre, Pusztaszabolcsra. Az elején a barátaim pakolták nekem a súlyokat, ez volt a segítségem.

*Tehát fizikálisan tökéletes állapotba kerültél, ugyanakkor tudjuk, hogy ehhez azért kell elkötelezettség, és meg kell szokni a monotonitást is. Ezt hogy sikerült megoldanod?*

Először egy amatőr versenyen indultam a -75 kilós súlycsoportban, és első lettem. Utána még inkább kedvet kaptam ehhez, ráadásul megismertem az óbudai erőemelőköt, akik kérdezték, miért nem megyek országos versenyekre. Tőlük tudtam meg, hogyan kell kvalifikálni. 2015-ben már elindultam az első világtúrán, Füzesgyarmaton, ahol sikerült második helyet elérnem. A következő évben már

Németországban, a világbajnokságon indultam.

*Hogyan tudtad finanszírozni az utazásaidat?*

A barátaim – magánszemélyek, kápolnásnyéki vállalkozók – folyamatosan támogatnak, és nagyon sokat segített Farkas Károly, a helyi Fidesz elnöke, ahogy a Baptista Szeretetszolgálat segítségét is köszönöm!

*Mennyit kell edzened egy héten?*

Heti háromszor-négyszer edzek, illetve ha versenyre készülök, akkor heti két fekvenyomásom is van. Egy miskolci egyesület versenyzője vagyok, ahol Oláh Akos, a vezetőedző segít mindenben.

*Hogy telnek a mindennapjaid?*

Mivel most nincs iskola, a kislányom otthon tanul, én napközben dolgozom, az edzésekre pedig általában délután szakítok időt. Most Székesfehérvárra járok.

*Térjünk vissza az eredményekhez, hiszen végtelen a tárháza a sikereidnek!* 2016 októberében a világbajnokságon első helyet értem el, világcúscsal.

*Az elmúlt időszakban bejártad egész Európát, volt versenyed Horvátországban, Németországban, Szlovákiában. Mennyire népszerű az erőemelés, annak tükrében, hogy látjuk, itthon az edzőtermek dugig vannak?*

Hazánkban ez pár éve van így, viszont a környező országokban régebb óta úzik versenyszerűen ezt a sportot.

*Rövidesen itt az olimpia, amiről most lemaradtál.*

Erről sajnos lecsúsztam. Grúziában lett volna a kvalifikációs verseny, ahová nem tudtam elutazni. A tokiói olimpia így sajnos kimarad, de nem baj, készülök a következőre!



Molnár Krisztián, a Fejér Megyei Közgyűlés elnöke és Tessely Zoltán országgyűlési képviselő emléklappal köszöntötte Hajas Norbertet

utolértem egy autót, elkezdtem előzni, de ő oldalról nekem jött. Eldobtam a motort, nekicsúsztam az oszlopnak, és egy füves részen lett vége az utamnak. Ez este tízkor volt. A kápolnásnyéki iskolástábor előtt kint ültek néhányan, akik elkezdtek keresni a fűben, de nem találtak. Közben megállt több autó, és végül rám bukkantak. Végig eszméletlenül voltam. Combnyak-

elmesélte, a harmadik vagy a negyedik napon derült ki, hogy nem tudják megmenteni a jobb lábamat, és combtöbén amputálni kellett. *Mikor tudatosult benned?*  
Ahogy felébredtem, a tizenegyedik napon tudtam meg, hogy elvesztettem a lábam. *Hogy sikerült ezt feldolgoznod?*  
A családom és a barátaim nem hagytak magamra. Először Szé-

# AZ OLTÁS ÉLETET MENT

**Miklósa Erika**  
opera-énekesnő



# Otthonfelújítás: generálkivitelezést is vállal a Városgondnokság

BÁCSKAI GERGELY

A Városgondnokság építési-kivitelezési csoportja több mint egy évtizede foglalkozik építőipari tevékenységgel, felújításokkal és új építésekkel. Műszaki munkatársaik megfelelő végzettségű, nagy szakmai tapasztalattal és gyakorlattal rendelkező, igényes munkát végző szakemberek. Az önkormányzati cég lakossági megrendelésre is teljes körű generálkivitelezést vállal számlával, szerződéssel és garanciával.

Az Otthonfelújítási Program 2021 keretein belül egyedülálló lehetőség kínálkozik a lakások és családi házak felújítására. Az elszámoláshoz viszont nagyon fontos, hogy mind az építőanyagokról, mind a munkadíjakról számla és szerződés álljon rendelkezésre.

A Városgondnokság saját, nagy létszámú, jól képzett építőipari szakmunkás-állománnyal rendelkezik, továbbá többéves építőipari gya-



Fotó: Bácskai Gergely

A Városgondnokság saját, jól képzett építőipari szakmunkás-állománnyal rendelkezik

korlattal, amit referenciamunkáik városzerte alátámasztanak. A koronavírus-járvány az önkormányzati szolgáltató költségvetésére is hatással van, így a további színvonalas városüzemeltetés érdekében teljes generálkivitelezésre is vállalkoznak – ezentúl lakossági megrendelésre is. Bozai István városgondnok elmondta, hogy a csökkenő bevételek ellensúlyozására vállal a cég építőipari részlege lakossági kiszolgálást. A piaci szakipari tevékenység a munkahelymegőrzést is szolgálja. A kisebb lakossági projektek megtervezése és kivitelezése is komoly szakértelemet és gondos odafigyelést igényel. A Városgondnokság piaci áron, pontosan tartott határidőkkel dolgozik, garanciát vállalva az elvégzett munkára.

Az előzetes ajánlatkérés beérkezését követően, helyszíni igény- és állapotfelmérés alapján állítják össze a megfelelő, részletesen kidolgozott műszaki tartalmat és költségvetést. Minden munka kivitelezése előtt szerződésben rögzítik a kivitelezés feltételeit, pontos műszaki tartalmát, vállalási határidejét és költségét. A munka teljes körű lebonyolítása ütemterv szerint, napi operatív irányítással, az anyagbeszerzési idő és az építési technológia figyelembevételével történik. A Városgondnokság széles körű beszállítói hálózattal rendelkezik, és minőségi építőanyagokat használ. Az elkészült munka hivatalosan dokumentálva kerül átadásra a megrendelő részére.

## FORRÁS

### ÉPÍTŐANYAG KERESKEDÉS ÉS FÜRDŐSZOBA/CSEMPE SZALON

**RAVAK** ÉS **Wellis** TERMÉKEKRE - 10% KEDVEZMÉNY 04.30-IG!

**DELCONCA**, **MARAZZI** CSEMPÉK, PADLÓLAPOK KÉSZLETRŐL!



**MAPEI** SZAKKERESKEDÉS

**HIDE STONE** HOMLOKZATI HŐSZIGETELŐ RENDSZEREK

SZÉKESFEHÉRVÁR, BUDAI ÚT 408.

TEL.: 06-22-300-034 06-30-2777-341

WWW.EPITOKFORRASA.HU

**SZÉKESFEHÉRVÁR**  
Városgondnoksága

## Ön is felújítaná lakását, családi házát? Álmodja meg új otthonát, mi pedig megvalósítjuk!

- ✓ Az **Otthonfelújítási Program** 2021 keretein belül egyedülálló lehetőség kínálkozik a lakások és családi házak felújítására.
- ✓ **Teljes körű generálkivitelezés** számlával, szerződéssel és garanciával a Városgondnokság kivitelezési csoportjától.
- ✓ Az Otthonfelújítási Program keretein belül az **50%-os**, maximum **3 millió forint erejéig** terjedő támogatás kültéri és beltéri munkákra egyaránt igényelhető.
- ✓ A projektek kivitelezése **magas színvonalú szakértelemmel**, gondos odafigyeléssel készül, megfelelő otthont, környezetet teremtve használói számára. Ezt a hozzáállást követve **piaci áron**, **pontos határidőtartással** dolgozunk, **garanciát vállalva** az elvégzett munkánkra.

#### Szolgáltatásaink:

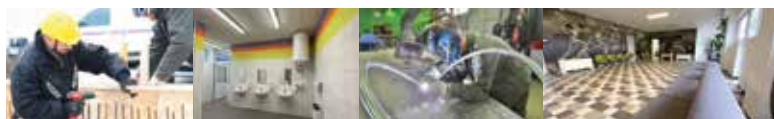
- kőműves munkák
- burkolási munkák
- festő-mázolói munkák
- szárazépítési munkák
- asztalos munkák
- lakatos munkák
- mélyépítési munkák
- épületgépészeti munkák
- épületvillamossági munkák

Kérjen árajánlatot munkatársainktól, hogy a kivitelezést a legmegfelelőbb időre ütemezhessük! Tervezzen előre, hogy jól képzett építőipari szakmunkások készíthessék felújítását!

**E-mail:** felujitas@varosgondnoksag.hu

**Telefon:** 06-70/984-16-82 vagy 06-70/502-51-90 vagy 06-22/513-493

Kollégáink munkaidőben állnak rendelkezésükre: H-Cs: 7:30-16:00, P: 7:30-13:00



## SZÉPHŐ

### TÁRSASHÁZA BIZTOS KEZEKBE! SZÉPHŐ Zrt. Társasházkezelés

#### Vállaljuk társasházak

- közös képviselést,
- könyvelést,
- teljes körű jogi képviselést.

#### Ezen felül vállalunk

- társasházi tanácsadást,
- energetikai tanúsítvány készítését,
- szakértői véleményezést,
- hőkamerás felvétel készítését.

#### Készséggel állunk rendelkezésére az alábbi elérhetőségeken:

- tarsashazkezeles@szepho.hu
- 22/541-300
- www.szepho.hu

#### Miért válassza a SZÉPHŐ Zrt. társasházkezelését?

- szakmai tapasztalat 70 éves múlttal;
- stabil, a lakosság érdekeit figyelembe vevő önkormányzati tulajdonosi háttér;
- kiegyensúlyozott pénzügyi környezet;
- ellenőrzött működés: rendszeres és eseti ellenőrzés minden tevékenységre;
- szigorú pénzügyi, számlaigazolási és szerződéskötési szabályozás;
- komplexitás – számos, a társasházak számára szükséges szakterület együttesen megtalálható a SZÉPHŐ Zrt.-n belül.

## Székely legendárium a Fehérvár Televízióban

Film

Új rajzfilmsorozattal bővült a Fehérvár Televízió műsora: a Székelyföldi legendárium korszerű technikával, a mai gyerekek igényeire igazodva mutatja be Székelyföld legendáit, mondáit, kultúráját – és az izes székely beszédet.

„Az üzenetünk egyszerű, hiszen szeretnénk, ha ezeket a székelyföldi mondákat, legendákat minél többen megismernék a nagyvilágban. Már francia és portugál nyelvre is lefordítottuk, így nemcsak az anyaországi televíziók fogják játszani, hanem Amerikában is. Az a célunk, hogy a mi magyar, székely mondáinkat, legendáinkat is megismerhessék a külföldi gyerekek.” – mondta el lapunknak Fazakas Szabolcs, a Visus Kulturális Egyesület kapcsolattartója. A mese azért is különleges, mert részletes, kidolgozott technikával készült. Minden



A Legendárium következő része A Tejút címmel péntek este kilenckor lesz látható a Fehérvár Televízióban. Jövő héten pénteken pedig a Rusnya terpek című részt láthatják 19.55-kor.

## M. Tóth Istvánra emlékeznek a múzeum

Kultúra

A kilencvenkilenc éve született M. Tóth István festőművészre egy képes összeállítással emlékeznek a Szent István Király Múzeum: a Városi Képtár által megosztott online válogatásban tallózhatnak a művészetbarátok, hogy felidézék a maroshegyi származását, Székely Bertalan-díjas alkotó munkásságát.

M. Tóth István neve leginkább tájképeiről, természet megőrkítő festményeiről ismert, és sok volt petőfi tanítványa is emlékszik még rá. Nevében az M. a maroshegyi származást őrzi, amire mindig büszke volt. „Alkotásai nem feltétlenül galériákban, kiállításokon lehetnek fel – például pszichiátriai rendelőkben is. Nem véletlenül. Képei gyógyítanak, tanítanak, szórakoztatnak, értékeket adnak. M. Tóth István ezzel együtt vált halhatatlanná számunkra.” – olvasható a művész 2006-os halálakor a városi honlapon kikerült visszaemlékezésben.

A Városi Képtár-Deák-gyűjtemény válogatásában az 1990-es évek alkotásaiból megnézhetjük a Hazafelé című olajképet, a vegyes technikával készült Királyi család és a Figurák és kapukert című alkotást is. A közösségi oldalon a Kálmán-csehi-szoborról készített grafika és a Szeretem ezt a várost című sorozat egyik lavírozott tusrájzával ajánlják a művészetbarátok figyelmébe az összeállítást a Szent István Király Múzeum közösségi oldalán.

Székesfehérvár, Öreghegyen  
többgenerációs, 3 szintes,  
235 m<sup>2</sup>-es ház, 614 m<sup>2</sup>-es telken,  
– sok lehetőséggel –  
SÜRGŐSEN eladó.

59 millió Ft. Tel.: 20/431-62-11.

egy mozdulat, jelenet rengeteg munkát igényelt, így a látvány igazán magával ragadó.

Az animáció főszereplői Zete, a kalandvágyó, tipikus falusi kisfiú és jószívű, óvatos nővére, Rika, továbbá Ször Manó. Ő egy fantasztikus, mesebeli lény, a gyermekek vezetője és védelmezője, megbízható társa a legtöbb kalandjuk során. Bátor, okos karakter, aki könnyedén mozog a valóságos világban és a legendák varázslatos világában egyaránt. Ő az, aki irányításként vezeti a testvéreket mondabéli kalandozásaik során. Bár kalandokról szól a rajzfilmsorozat, az alkotók vigyáztak rá, hogy ezt ne erőszakos jelenetekkel ábrázolják. A hangsúly a székely furfangon, leleményességen van, így bárki megnézheti korhatár nélkül!

## SportmajálisON: edzések, kihívások május elsején

Sport

Idén sem marad el Székesfehérváron a hagyományos Sportmajális, de az érvényben lévő járványügyi szabályokhoz alkalmazkodva részben az online térbe költözik a program: május elsején 9.30 és 14 óra között élő online edzésekre hívja a fehérváriakat a Székesfehérvári Közösségi és Kulturális Központ a város honlapján.

Idén is lehetőség nyílik arra, hogy a kihívásokat kedvelők kipróbálják magukat a SportmajálisON program keretein belül. Különböző távok közül választva, futva és kerékpárral is lehet teljesíteni a kihívást – elsősorban a szabadban, hiszen erre a városban, illetve a város közvetlen környékén már több alkalmas helyszín is kínálkozik. De a szobabicikli vagy a futópad is megfelel a teljesítésre!

Azok, akik előzetesen regisztrálnak, és a megadott határidőre befizetik a nevezési díjat, egy mutatót, egyedi, a Sportmajálisra emlékeztető érmet is átvehetnek majd, hogy sose felejtsek el: a sport, a mozgás erőt ad, a nehézségeken is átsegít. A kihívásokra a [www.fehervariprogram.hu](http://www.fehervariprogram.hu) oldalon lehet jelentkezni.

Május elsején, szombaton, a délelőtti órákban a [www.szekesfehervar.hu/elo](http://www.szekesfehervar.hu/elo) oldalon többféle edzés közül válogathatnak majd az érdeklődők. Az edzők a 40–45 perces tréningek során olyan mozgásformákat mutatnak be, amiket a kezdők is bátran kipróbálhatnak: belekóstolhatnak például jogagyakorlatokba, lesz aerobik, de saját testúlyos és súlyzó edzést is kínálnak a szervezők a sportolni szerető közönségnek. Az edzések közötti pihenőidőt rövid beszélgetések teszik érdekessé: edzők és sportolók érkeznek a stúdióba, akik az általuk üzött különleges sportokról, a felkészülésről, a sport adta lehetőségekről is mesélnek majd. Az amatőr futó Kaufer Tamás, a futótársadalom rendkívül motiváló, egyedi stílusú szpikerként

is ismer a versenyekről, a koronavírus-fertőzés utáni felépülésről is megosztja tapasztalatait a nézőkkel. Az átlagember számára talán veszélyesnek tűnő kerékpáros trial sportról Major Dánieltől és Kovács Krisztiántól hallhatunk. Sokan ismerik a szombathelyi, de családi szálakkal Fehérvárhoz kötődő Bánhegyi Adrienn nevét: a többszörös világ- és Európa-bajnok ugróköteles sportolót a Cirque du Soleil társulatba való bekerüléséről is kérdezi a műsorvezető. Németh Norbert táblabírótól pedig a profi dartsversenyekről tudhatnak meg érdekességeket a nézők.

Az edzések mellett más mozgásformákat is ajánlanak a szervezők: a szabadba invitálnak mindenkit, hogy minél többen élvezzék a mozgás örömeit, futva vagy gyalogolva, biciklin vagy görkorcsolyán. A délelőtti, otthoni edzésekről és a szabadban végzett sportolásról fotókat várnak a sportmajális2021free@gmail.com e-mail-címre. A legjobb képeket a szervezők albumokba rendezve közreadják Székesfehérvár közösségi oldalán, hogy megmutassák: Székesfehérvár a járvány idején is sportos, összetartó közösség maradt!

### A SportmajálisON programja

- 9.30 Beköszönés
- 9.45 Saját testsúlyos edzés László Dominikkal
- 10.30 Beszélgetés Kovács Krisztián és Major Dániel trialversenyzőikkel
- 10.45 Aerobik, dinamikus gerinctorna Légrádi-Pallós Gyöngyvérrel
- 11.30 Beszélgetés Németh Norbert darts-táblabíróval
- 11.45 Jóga Utasi Pétrával
- 12.30 Beszélgetés Kaufer Tamás amatőr futóval
- 12.45 Beszélgetés Bánhegyi Adrienn ugróköteles világbajnokkal
- 13.00 Funkcionális edzés Kiss Marcell-lal
- 13.45 Elköszönés

**SPORTMAJÁLISON**  
2021. május 1.

Edzések, tanácsok,  
beszélgetések élőben, online

Szerezd meg az érmedet Te is!  
[szekesfehervar.hu](http://szekesfehervar.hu)

## Klímastratégia és szemléletformálás

Környezetvédelem

A fenntarthatóság, a környezetvédelem témája iránt érdeklődők csütörtökön délután 17 órától élőben követhetik a Klímastratégia létrehozása és szemléletformálás Székesfehérváron című projekt nyitórendezvényét. Az online konferencián az Energia Klub Szakpolitikai Intézet és Módszertani Központ Egyesület szakemberei tartanak előadásokat.

A klímastratégia felépítéséről, az üvegházhatású gázok kibocsátásának csökkentéséről, a klímaváltozáshoz való alkalmazkodásról és a témához kapcsolódó lakossági kérdőív kiértékeléséről lesz szó az online eseményen, amit a résztvevők észrevételei, kérdései követnek. A szimpózium résztvevőit a Zöld Fehérvár jövőképeinek összefoglalójával Cser-Palkovics András polgármester köszönti. Az esemény élőben a város Youtube-csatornáján ([youtube.com/fehervar](http://youtube.com/fehervar)) követhető.

**Festegess Timivel**  
MŰVÉSZET - KIRÁLYI SZALONOK  
[www.festegesstimivel.hu](http://www.festegesstimivel.hu)

- Élmenyfestések,
- Gyerek és felnőtt festőtáborok,
- Csapatépítők saját helyszínen, és kitelepüléssel,
- Születésnapok, lánybúcsúk, gyerekzsúrok lebonyolítása festégetéssel,
- Otthoni élmenyfestő csomagok
- Ajándékutalványok

KREATÍV AJÁNDÉK ANYÁK NAPJÁRA!  
Telefonszám: +36 30 508 5839  
Facebook: Festegess Timivel

**LEPJÜK MEG AZ ÉDESANYÁKAT -**  
**05.02. ANYÁK NAPJA ALKALMÁBÓL IS!**

**HÁZHOZ SZÁLLÍTÁST IS VÁLLALUNK!**  
+36 20 466 5363 • +36 22 814 408  
E-MAIL: [INFO@SAVEUR.HU](mailto:info@saveur.hu) • [WWW.SAVEUR.HU](http://WWW.SAVEUR.HU)  
TOVÁBBI INFORMÁCIÓ:  
[FACEBOOK.COM/SAVEURKAVEZO](https://FACEBOOK.COM/SAVEURKAVEZO)

# Közel az elődöntőhöz

SOMOS ZOLTÁN

**Elvette a Debrecen pályaelőnyét az Alba Fehérvár a kosárlabda-bajnokság negyed-döntőjében, majd a második mérkőzést is megnyerve már 2-0-ra vezet a párharcban. Egy győzelem választja el a fehérváriakat az elődöntőbe jutástól.**

„Az elején kell megfognunk a szombati találkozót is, és bele-menni egy szoros végjátékba. Abból pedig reményeim szerint egyszer már nekünk kell győztesen kijönni!” – nyilatkozta a DEAC-Alba-negyeddöntő első meccse előtt Forray Gábor, a fehérvári-ak vezetőedzője. Ohaja csak részben teljesült, de ezt aligha bánta! Az Alba ugyanis valóban „megfogta” a debreceni találkozó elejét, szoros végjátéokra azonban nem volt szükség. Az ellenfelénél sokkal jobban koncentráló csapat folyamatosan növelte előnyét, és végül tizenöt ponttal nyert. Ezzel azonnal megfordította a párharc esélyeit, hiszen papíron a pályaelőnyben lévő együttes van kedvezőbb helyzetben. Hogy érvényesítse is ezt az előnyt, ahhoz itthon is le kellett



A tarthatatlan Zaid Hearst (24) egyik kosara a sokból a fehérvári meccsen

győznie a debrecenieket, és meg is tette. A koreográfia a keddi, fehérvári meccsen annyiban különbözött, hogy jobban kezdett a DEAC, de ez nem sokat ért. Zaid Hearst vezetésével már szünet előtt magabiztos előnyre tettek szert a kék-fehérek, és ezt a továbbiakban is megtartották. Az amerikai-nigériai hátvéd öt

triplát vágott be az első félidőben – volt pillanat, amikor az Alba pontjainak több mint felét ő jegyezte. Végül harmincnégy ponttal zárt, vagyis előlépett főszereplővé. Fontos volt ez, hiszen az ellenfél nagyon készült az első meccsen remeklő Davis vagy éppen Vojvoda védésére. Erre jött Hearst, és átvette a

pontgyáros szerepét: „A csapatunkban több tehetséges játékos van, így minden mérkőzésre jut egy kiemelkedőbb teljesítmény. A mai meccs az enyém volt, örülök, hogy sikerült nyernünk!” – intézte el szerényen saját remeklését a találkozó után.

Persze nem ő volt az egyetlen dicsérhető, hiszen Vojvoda is a legfontosabb pillanatokban villant, és minden fehérvári, aki kosarat dobott, elért legalább tíz pontot. Örült meccs lett a végére, igazi „NBA-eredmény-nyel”, mert az utolsó negyedben a Debrecen is szinte minden támadásból betalált. 114-105-re nyert az Alba, ezzel pedig a továbbjutáshoz szükséges három győzelemből kettőt már megvan. Mégsem tekinthető lefutottnak a párharc, mert a hajdúságiak is bizonyították, hogy erős csapatuk van. Vagyis továbbra is az idézett vezetőedzői intelem betartásával lehet sikeres az Alba: fegyelmezetten meg kell fogni az elején a meccset, aztán az se baj, ha a végjáték nem szoros. Pénteken Debrecenben találkozónak, ha pedig kell negyedik meccs, az Fehérváron lesz, vasárnap.

## Válogatott támadót igazolt a Volán

KAISER TAMÁS

**A huszonnégy éves Terbócs István a fővárosi MAC-ból a Hydro Fehérvár AV19-be igazolt. A válogatott játékos már az előző szezon előtt is megkereste a fehérvári garda vezetését.**

„Sok emberrel beszélgettem, kikértem a véleményüket, és arra jutottam, hogy ezt a döntést most meg kell hozzam: ez fog segíteni a továbblépésben és a fejlődésben.

Tudom, hogy még keményebben kell, hogy készüljek a szezonra, mint az eddigiekben, hiszen míg az Extraliga technikásabb hokira alapul, az oszt-rák bajnokságban a fizikális játék kerül előtérbe. De úgy látom, ez a stílus fekszik nekem is! Már a tavalyi évben is beszélgettünk Szélig Viktorral, de akkor végül úgy döntöttem, maradok a MAC színeiben. Sok játékidőt kaptam, az első



Másodszorra már nem mondott nemet

két sorban játszottam. Ez sokat adott, ebből tudok táplálkozni a jövőben is! De most úgy érzem, hogy lépnem kell, így idén nagyobb elhatározással vettem bele magam a tárgyalásokba. Volt több megkeresésem is, de beszéltem néhány Fehérváron játszó válogatott csapattársammal, ezután pedig már nem maradt kérdés bennem.” – mondta Terbócs István a szerződése aláírását követően.

SOMOS ZOLTÁN

**Remek hírrel örvendeztette meg szurkolóit közösségi oldalán a Fehérvár Enthroners: a fehérvári amerikaifutball-csapat részt vehet a 2021-es CEFL (Közép-európai Futball-liga) küzdelmeiben. Az első találkozóra május végén kerül sor.**

A világbajnokság miatt a CEFL-kupa sorozata idén nem rajtolhat el, és a CEFL-ligában is számos visszalépés történt, ezért a szervezők újragondolták a versenykiírást, és a fehérvári csapat beugró nyolcadikként meghívást kapott az idei verseny-

sorozatba. A Koronázók nem akárkivel kezdik meg a küzdelmet, hiszen a svájci bajnok Calanda Broncos csapatához látogatnak május 29-én. Mint azt közösségi oldalukon írják: „Természetesen tudjuk, hogy nagyon nagynevű mezőnybe kerülünk, hiszen Európa legjobb csapatai társaságában kell helytállnunk, és nem feltétlenül mi számítunk a párharc esélyeseinek, de minden igyekezetünkkel azon leszünk, hogy megnehezítsük a CEFL legutóbbi döntősenek dolgát! Köszönjük a lehetőséget a CEFL-nek, igyekszünk megszolgálni, és újoncként is jó teljesítményt letenni a rácsmezőre!”



A nemzetközi porondon az eddigi legrangosabb megmérettetés vár a fehérváriakra

