

Komoly szigorítások
a mindennapokban

„Nem érünk rá
meghalni!”

Elkészült az Alba
Bástya új központja

Így maradjunk egy
család!



FEHÉRVÁR

Közéleti hetilap

2021.03.11.



Fotó: Simon Erika

„Nem volt kikövezett út,
hát repültünk!”



EBÉDRENDELÉS
HÁZHOZ SZÁLLÍTÁS

Minden, ami házhoz szállítás | További információ: www.fmc.hu/hazhozszallitas

Díjat neveztek el Siklósi Örsről

Idén is megrendezik a Fülebagoly Tehetségkutatókat: a tavalyi évhez hasonlóan Debrecen, Budapest és Martonvásár ad helyet a könnyűzenei versenyegeknek. Az eseményeken az AWS nemrég elhunyt énekesére emlékezve átadják a Siklósi Örs-díjat.

Május kilencedikén a debreceni Nagyerdei Víztorony kerthelyiségében lesz az első Fülebagoly-döntő. Ezt követi a budapesti, július tizenegyedikén a Kobuci Kertben, majd a martonvásári, szeptember tizenegyedikén a Brunsvik-Beethoven Kulturális Központban. A tehetségkutatók egymástól függetlenek, mindegyikre lehet jelentkezni a teljes Kárpát-medencéből a könnyűzene bármely stílusában alkotó magyar előadóknak és együtteseknek. A tehetségkutatókon megválasztják a legjobb férfi és női énekest, a legjobb

zenészt, a legjobb dalszövegírókat, ők valamennyien értékes nyereménnyel gazdagodnak. A három győztes részt vehet az Öröm a Zene Tehetségkutató nagydöntőjében, ahol a fődíj hárommillió forint.

A versenyen megemlékeznek az AWS zenekar idén februárban elhunyt énekeséről: a hozzátartozók és a zenekari tagok hozzájárulásával mindhárom döntőben a legjobb frontembernek átadják a Siklósi Örs-díjat. Jelentkezni mindhárom versenyre a fulebagolyalapitvany.hu/tehetségkutato oldalon lehet. A beküldött hangfelvételek alapján történő előzsűrizést követően mindhárom döntőbe a legjobb tíz produkciót hívják be, ahol tizenöt perces minikoncerttel mutatkozhatnak be.



Fotó: Kiss László archív

A legjobb frontembernek járó díjat Siklósi Örsről nevezték el

Gimnáziumi képzés indul a Szent Imrében

RING JÚLIA

Néhány éven belül már az óvodáskortól egészen a felnőtt korig terjedő lelki és szellemi nevelést folytathat a Szent Imre Általános Iskola és Óvoda. Az intézmény hamarosan gimnáziumi oktatással bővíti kínálatát.

„Ki tudtuk alakítani azokat a körülményeket, melyek most lehetővé teszik, hogy a szülők által már korábban, több alkalommal és fórumon is megfogalmazott igényt valóra válthassuk. Van tapasztalatunk arról, hogyan kell és hogyan lehet egy általános iskolát bővíteni négyosztályos gimnáziumi képzéssel, és örömmel, bizakodással várunk neki ennek az útnak!” –

mondta el tájékoztatójában Spányi Antal megyés püspök.

A gimnáziumi oktatás bevezetéséhez az infrastruktúra bővítésére is szükség volt. Az 1,6 milliárd forintos beruházás – kormányzati és fenntartói hozzájárulással – ősze valósul meg. A gimnáziumi oktatás két fő pillérét az idegen nyelv és az informatika emelt szintű tanítása adja majd. Az iskola célja, hogy egy belső átvételi és külső felvételi rendszer megalkotása mellett, a következő tanévben megfeleljen a középiskolai felvételi követelményeknek, hogy a 2022/2023-as tanévben el tudják indítani az első középiskolai osztályt.



Fotó: Szent Imre Általános Iskola és Óvoda

„Az intézmény távlataiban és részleteiben is most nyeri el igazi oktatási formáját!” – mondta a fejlesztésekről Csák Lajos igazgató

Újra megnyitja kapuit a pákozdi arborétum

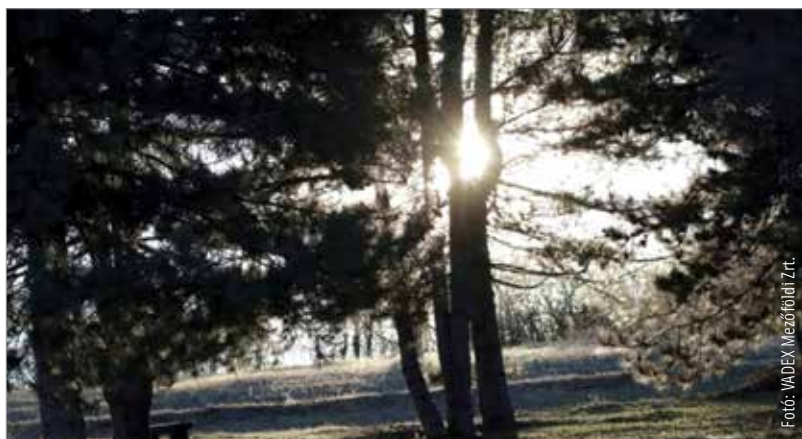
A Pákozdi-sukorói Arborétum és Vadaspark tavaly november óta tart zárva, a legújabb járványvédelmi intézkedések szerint azonban újra megnyithatja kapuit a látogatók előtt. A kirándulóhely egész területén kötelező lesz a maszkviselés.

Március tizedikétől, szerdától a hét minden napján várják a természet iránt érdeklődőket és a kirándulni vágyókat hétfőtől péntekig 10 és 18 óra között, szombaton és vasárnap 9-től 18 óráig.

A VADEX Mezőföldi Zrt. kéri a látogatókat, hogy ügyeljenek a járványügyi szabályok betartására. A park teljes területén kerülen-

dő a gyülekezés vagy a nagyobb csoportosulás, illetve tartani kell a másfél méteres védőtávolságot, ahogy a maszk viselése is kötelező az arborétum teljes területén.

A színpompás tavaszi virágok mellett számtalan élmény is várja a vendégeket a friss levegőn, a madárcsicsergéssel teli erdőben. Találkozhatunk nagyvadakkal, a madárröpdékben pedig mezei és erdei szárnyasokat láthatunk, illetve a vízvilág-megfigyelő pontról kímélhetjük a Velencei-tó élővilágát, a kilátóból pedig a tó csodálatos panorámája tárul elénk.



Fotó: VADEX Mezőföldi Zrt.

Érdemes végigsétálni a kilencállomásos erdészeti tanösvényen, mely az erdő életközösséget és az ember erdei tevékenységét mutatja be. Garantált élményt nyújt a rönkvárral, csúszdával, mászóakkal és kötélpályával felszerelt kalandjátészóter is!

Ismét online ügyintézés a legtöbb ügyfélszolgálaton

A legtöbb fehérvári közzémi szolgáltató, valamint a Polgármesteri Hivatal is áttért az online ügyfélfogadásra.

SZÉPHŐ

A SZÉPHŐ Zrt. weboldalán tette közzé a felhívást, miszerint a kormány által kihirdetett veszélyhelyzeti intézkedésekre való tekintettel a személyes ügyfélszolgálat és a pénztár működését előreláthatólag március 22-ig szüneteltetik. Arra kéri az ügyfeleket, hogy az ügyintézéshez vegyék igénybe telefonos és internetes ügyfélszolgálatukat. Igény esetén visszahívás kérhető az alábbi számra küldött üzenettel: 70 7979 090.

Fejérvíz

A Fejérvíz Zrt. március 8-tól határozatlan időre felfüggesztette a személyes ügyfélfogadást, ügyfélszolgálaton csak telefonos vagy elektronikus úton lehet ügyeket intézni. Azt írják tájékoztatójukban, hogy a legtöbb ügytípus telefonon keresztül vagy e-mailben is intézhető, ezért kéri, hogy az ügyfelek írjanak az ügyfélszolgálat@fejerviz.hu címre. Székesfehérvári ügyfélszolgálatukon a telefonos ügyintézés munkanapokon lehetséges: hétfőn, kedden, csütörtökön és pénteken 7.30-tól 14.30-ig, szerdán 7.30-tól 19 óráig.

Polgármesteri Hivatal

A Polgármesteri Hivatalban március 22-ig szintén szünetel a személyes ügyfélfogadás. A hivatal szervezeti egységeinél az ügyintézés telefonon történhet szerdai napokon 8 és 12 óra, valamint 13 és 18 óra között, pénteken pedig 8 és 12 óra között. A Kossuth utca 4. szám alatti ügyfélszolgálaton szintén telefonon lehet ügyeket intézni hétfői napokon 8 és 12 óra, valamint 13 és 16 óra között,

szerdánként 8 és 12 óra, valamint 13 és 18 óra között, míg pénteki napokon 8 és 12 óra között. A kizárólag személyesen intézhető ügyekben telefonon vagy elektronikus úton előre egyeztetett időpontban sor kerülhet az ügyfélfogadásra. A hivatal munkatársainak telefonszáma, elektronikus elérhetősége megtalálható az önkormányzat honlapján.

A beadványok benyújtása elektronikus úton továbbra is korlátozás nélkül történik. A papíralapú beadványok a hivatal Városház tér 1. és Városház tér 2. szám alatti épületeinek bejáratai mellett, az épületen belül elhelyezett gyűjtődobozokban hétfőn, kedden, szerdán és csütörtökön 8-tól 16 óráig, pénteken pedig 8-tól 12 óráig elhelyezhetők.

Depónia

A Depónia Nonprofit Kft. arra kéri az ügyfeleit, hogy a telefonos, illetve az elektronikus ügyintézés vegyék igénybe. A lakossági hulladékudvarok – így a csalai és a Palotai úti is – változatlanul nyitva tartanak a cég honlapján olvasható nyitvatartási rend szerint.

Városgondnokság

A Székesfehérvár Városgondnoksága Kft. szintén áttért az online és a telefonos ügyintézésre a személyes ügyfélfogadás szüneteltetése miatt. Személyes ügyintézésre kizárólag a legszükségesebb esetben, egyszerre egy főnek, előre egyeztetett időpontban nyújtanak lehetőséget.

Kormányablak

A kormányablakok továbbra is nyitva vannak, de kéri, hogy aki teheti, a személyes ügyintézés halassa későbbre!

Komoly szigorítások a mindennapokban

L. TAKÁCS KRISZTINA

Hétfőtől ismét bezárt az ország: elindultak az online órák az általános iskolákban is, csak a legfontosabb árucikkért értékesítő boltok nyithatnak ki, bezártak az ügyfélszolgálatok, és minden közterületen kötelező lett a maszkhasználat.

A kormányzati bejelentés szerint az óvodák április hetedikéig lesznek zárva. A város felkészült a minél családbarátabb ügyeleti rendszer indítására. Teljes látogatási tilalom lép életbe a szociális intézményekben, ugyancsak április hetedikéig. A bezárás a szolgáltatókat és az üzleteket is érinti.

„A korlátozásokkal érintett vállalkozások esetében a bérleti díjat a korlátozások időtartamára teljes egészében elengedjük az önkormányzati ingatlanok esetében. Kérem a magáningatlanok tulajdonosait is, hogy adjanak bérleti-díj-kedvezményt a mostani korlátozások miatt zárva tartó vállalkozásoknak!” – fogalmazott Cser-Palkovics András polgármester.

A szabadtéri létesítmények – köztük a játszóterek, kutyafuttatók – továbbra is használhatók, a kötelező maszkhasználat és a másfél méteres távolság megtartásával. A közösségi közlekedést, a menetrendet nem érintik a változások. Ha bármilyen módosításra sor kerülne az elkövetkező hetekben, arról külön tájékoztatást fognak adni.

Nyitva a Városi Piac

A koronavírus-járvány elleni hatékony védekezés érdekében számos kereskedelmi egységnek és szolgáltatóknak kellett bezárnia március huszonketedikéig. Ugyanakkor a kormányrendelet lehetővé teszi, hogy bizonyos árusítóhelyek a megszokott rend szerint működjenek. Ennek értelmében – az előzetes, a pontos jogszabály megjelenése előtti híradásokkal ellentétben – a megszokott rend szerint fogadják a vásárlókat a palotavárosi Iparcikk-piacon. Ugyanez érvényes a Városi



Fotó: Kiss László

A boltok nagy része bezárt, de az élelmiszer-áruházak és a piac is nyitva tart

Piacra is az Alba Plazában, az itt lévő összes kereskedő – beleértve a virágárusokat is – nyitva tarthat. Változatlanul fenntartják azt az ajánlást, hogy 12 és 13 óra között csak a hatvanöt év feletiek menjenek vásárolni a Városi Piacra. A védőmaszk használata mindenhol kötelező! A vendéglátószektor az eddigiek szerint dolgozik, azaz elvitellel és kiszállítással továbbra is lehet számolni.

Segítség az időseknek

Aki koronavírus-fertőzött, és a karanténidőszakban a személyes ellátásában segítségre van szüksége, jelentkezhet az Alba Bástya Csálád- és Gyermekegészségügyi Központnál a 30 600 8856-os telefonszámon, ami hétfőtől péntekig 8 és 16 óra között hívható. Továbbra is folyamatosan működik az otthonmaradást vállaló idős embereknek vagy krónikus betegeknek nyújtott önkéntes

segítésszolgálat. Aki szeretne ezzel a lehetőséggel élni, kéri, hogy a Polgármesteri Hivatalban működő szolgálatot hívja a 22 537 651-es, a 22 537 652-es, a 70 6699 014 -es vagy a 70 6699 015-ös telefonszámokon. Az önkéntesek jelentkezését az onkentes@szekesfehervar.hu címen továbbra is várják!

Mit mutatnak a számok?

Tovább nőtt az elhunytak és a kórházban ápoltak száma. Csökkent viszont az új, koronavírus-fertőzéssel regisztráltak száma úgy országosan, mint a megyében. Fejér megyében keddező (310 fő) képest jelentősen csökkent az egy nap alatt regisztrált új fertőzések száma, szerdán 171 új fertőzöttet azonosítottak be a megyénkben, ugyanakkor a keddi adatokhoz képest tovább nőtt az egy nap alatt elhunyt betegek száma. Tovább emelkedett a kórházban ápoltak és

a lélegeztetőgépen lévők száma is: szerdán az országban 8348 koronavírusos beteget ápolnak kórházban, közülük 844-en voltak lélegeztetőgépen.

Szünetel az egynapos sebészet

Az egyre több koronavírusos beteg folyamatos ellátásának biztosítása, a járvány megfékezése, valamint a kórházak tehermentesítése érdekében Kásler Miklós múlt pénteken utasítást adott valamennyi aktív fekvőbeteg-ellátást nyújtó egészségügyi intézmény, valamint az Országos Mentőszolgálat vezetőjének az egynapos sebészeti ellátások azonnali felfüggesztésére. A miniszter korábban – a járvány akkori, kedvező alakulásának köszönhetően – február harmadikától elrendelte az egynapos sebészeti ellátások újraindítását. Tekintettel a vírusvariánsok fokozott terjedési képességére, ezt a döntését most azonnali hatállyal visszavonta.

Ingyenes internet a digitális oktatáshoz

Megnyílt a szolgáltatóknál a lehetőség, hogy az általános iskolások szülei és az ott tanító pedagógusok a digitális oktatáshoz szükséges, helyhez kötött internetet ingyenesen vehessék igénybe.

A hatályos kormányrendelet alapján az alapfokú oktatást folytató köznevelési intézményekben a digitális oktatásban részt vevő diákok és családjaik, és az ott digitális munkarendben tanító pedagógusok márciusban ingyenes helyhez kötött szolgáltatásban részesülhetnek. Ezt azonban külön kell igényelni, és érdemes nagyon figyelni a határidőkre, mert például a Digi szűkre szabta a regisztrációs időt: náluk csupán március tizenegyedikéig lehetett igényelni az ingyenes internetet. A Vodafone-nál is elérhető már az igényléshez szükséges

felület, ott március huszonhatodikáig lehet regisztrálni. A Telekomnál március tizedike és huszonhatodika között lehet regisztrálni. A középiskolások és tanáraik számára márciusra további egy hónappal meghosszabbodik az ingyenesség. Aki már korábban igényelte, annak nem kell külön jeleznie a szolgáltatójának, az automatikusan meghosszabbítja a lehetőséget. Fontos, hogy a kedvezmény utólag már nem érvényesíthető, és a márciusi díjmentesség az áprilisi számlában jelenik majd meg. Az igényléshez szükség van a tanuló vagy a pedagógus oktatási azonosítójára. A lakóhely, tartózkodási hely vagy szálláshely közül egy jogosultság alapján csak egy helyen vehető igénybe ingyenesen a szolgáltatás.

Csak indokolt esetben keressük a sürgősségi osztályt!

A Szent György Kórházban a koronavírus-fertőzött betegek száma megsokszorozódott, emiatt mindenkinek hosszabb várakozási időre kell számítani.

A nem koronavírusos tünetekkel jelentkező betegek esetében az ellátás elkülönítve történik, ugyanakkor a fokozódó fertőzésveszély miatt mindenki csak abban az esetben keresse fel a kórházat, ha egészségi állapota azt indokolta teszi – hívja fel a figyelmet a megyei kórház. Az intézmény további zavartalan működéséhez kéri, hogy csak indokolt esetben jelentkezzenek a sürgősségi osztályon, egyéb esetekben azt javasolják, hogy a háziorvosi rendelőt keressék fel.

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

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

m
motor
mechanic
autószerző

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

„Nem volt kikövezett út, hát repültünk!”

L. TAKÁCS KRISZTINA

A fenti mondatot Matuz János Én, Petőfi című tévéjátékából idéztük, mert mindent elmond arról a városi összefogásról, ami a produkció létrejöttét jellemezte. A nemzeti ünnep idén kénytelen átköltözni az online térbe és a tévécsatornára, de már a forgatás három napja alatt elkezdődött a szívekben. Hogy mi lett belőle? Megnézhetik március 15-én a Fehérvár Televízióban este hatkor és nyolckor, de online is elérhető lesz a film a Fehérvár Televízió honlapján és Youtube-csatornáján.

A járvány miatt ezúttal nem személyesen, hanem a tévé keresztül ünnepel együtt a város, a főszereplők azonban most is a fiatalok. A Teleki Blanka Gimnázium diákszínpadának tagjai játsszák a főszerepeket, teleki diákok táncolnak és énekelnek, de részt vesz a produkcióban az Alba Regia Táncegyüttes is. Az új, még kitesztetlen ösvényt Matuz János jelölte ki, aki tavaly óta foglalkozik a fiatalokkal, hogy az általa írt forgatókönyv az utcaszínház helyett a kamerák előtt keljen életre: „Az egyetlen titok, hogy a fiatalok megérezzék a tiszta energiát, azt, hogy itt néhány ember akarata, zsenialitása egy nap alatt, puskalövés nélkül elindított egy régóta várt folya-



A diákok pontosan követték a rendezői instrukciókat

matot. Ebben az energiában boldogság szabadul fel, és azt vettem észre, valahányszor ezt a témát forgatom vagy színpadon játszunk a gyerekekkel, a végére mindig átadok ebből az energiából valamit. Megérik, hogy mit jelent igazán az ünnep!”

A legnagyobb hozadéka az volt a közös munkának, hogy hihetetlen erők mozdultak meg, hiszen egy

mutatták meg magukat. A forgatás három napja alatt nem volt idő a hibákra, a sok újrafelvételre, mert amellet, hogy szűkös volt a határidő, a meteorológusok által beígért tizenkét fokos tavasz helyett két-három fokos télen játszottak a fiatalok szabadtéren, sokszor egy szál ingben. A „Nem fázunk, telekisek vagyunk!” mondat szinte szlogenné vált ezekben a napokban, és ez az erő sugárzik a tévéjátékból is. És persze a felkészültség, az a rengeteg próba, ami megelőzte a felvételeket.

„Most Petőfit szerettem volna ennek a történetnek a középpontjába állítani. Ő a húzóember, ő a vátesze ennek az egész históriának, aki jó ember volt jókor, jó helyen.” – mondja az író-rendező.

Petőfit Csengey Márton alakítja, akinek különleges kötődése van a



Petőfit Csengey Márton alakítja

kifejezetten tévére írt játék valósult meg, ami igen pontos munkát követelt a felvételt készítő Fehérvár Televízió stábjától és a szereplőktől is, akik eddig még nem játszottak kamera előtt, csak színpadon

darabhoz: „Nagy élmény és büszkeség, hogy nagyapámat, Csengey Dénes költőt, a rendszerváltás meghatározó alakját párhuzamba állítják Petőfivel. Bár a nagyapámat nem ismerem, nem tudtam vele beszélni, de



A tévéjátékban újra és újra megjelennek vízióként a csuklyás alakok



Fontos szerepe volt a kórusnak is



Márciusi ifjak, akik nem fáztak a februári télen sem!



A jelenetek a város különböző pontjain játszódnak



„Hogyan történt? Elmeséljük!”



„Telekisek vagyunk, nem fázunk!”

mégis része családjunk történetének. Hatalmas élmény Petőfit játszani akár színpadon, akár filmben, hiszen nem ötezer ember van előttem, de mégis ott vannak páran, őket mozgatom, nekik beszélek, nekik szavalom el a Nemzeti dalt. Erre az érzésre mindig is vágytam!”

Az előadásban hangsúlyos szerepet kap a tánc és a zene: a telekisek táncát Tátrai Réka, a Fehérvár Táncosa verseny győztese koreografálta, zenéjét pedig Szirtes Edina „Mókus” írta. A tévéjáték zenei vezetője Cserta Balázs.

„Ezek óta dolgozunk együtt Matuz Jánossal. Az alaptörténet mindig ugyan-

az, mégis minden évben valami egyedit sikerül létrehozni. Már hagyományai vannak a március tizenötödikei előadásnak, mégis mindig újat alkotunk. Nem is tudom pontosan megfogalmazni, ezért inkább azt ajánlom mindenkinek, hogy nézze meg a tévéjátékot!” – javasolja Cserta Balázs.

Az Én, Petőfi című tévéjáték március tizenötödikén, hétfőn este hat órakor kerül műsorra a Fehérvár Televízióban, de megismétlik este nyolckor is. Emellett látható lesz a televízió online felületén és Youtube-csatornáján is.

 **EBÉDRENDELÉS
HÁZHOZ SZÁLLÍTÁS**

HÁZHOZ VISSZÜK!
Minden,
ami házhozszállítás

További információ: www.fmc.hu/hazhozszallitas

A tavalyi év óta felértékelődött a házhoz szállítás, ami a jelenlegi helyzetben sok cégnek a túlélést jelenti. Az fmc.hu oldalon elkezdjük 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 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
Mindigvár Élelmiszer házhoz szállítás	20 956 1121
Saveur Kávézó és Cukrászda	20 466 5363 22 814 408
Rebitur Zöldség-gyümölcs házhoz szállítás	70 881 9313 22 380 898
Pátria Kávézó és Étterem	22 397 089 70 627 0534
Hamburkert	30 355 1136
Chameleona Ételbar	70 947 4554 22 789 300

Forrás: www.fmc.hu

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

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

www.fmc.hu/hazhozszallitas

ÚJRAINDÍTJUK A GAZDASÁGOT!



- 1 Otthonteremtési támogatás
- 2 Orvosi béremelés
- 3 Bértámogatás a vállalkozásoknak
- 4 Hitelmoratórium
- 5 A 13. havi nyugdíj visszaépítése
- 6 Jövedelemadó-mentesség a fiataloknak

Mert Magyarországnak működnie kell.

Bástya a családoknak

Elkészült az Alba Bástya új központja

STETTLER ZSUZSANNA

Befejeződött az Irányi Dániel utca 4. számú épület felújítása, és hamarosan birtokba veheti a korszerű létesítményt az Alba Bástya Család- és Gyermekjóléti Központ. Több mint hétszázmillió forintos pályázati támogatással egy innovatív szociális szolgáltatóközpontot alakítottak ki, ahol – a tervek szerint májustól – végre minden kolléga közös helyen láthatja el feladatait, és mindezt korszerű körülmények és eszközök segítik.

„Kétezer négyzetméteres az ingatlan, a pincétől a padlásig megújult minden, csak a szerkezet maradt az eredeti. Emellett megtörtént az akadálymentesítés, és a gépészet, az energiahatékonyság szempontjából is korszerű lett az épület. Mintegy nyolcvan kolléga munkahelyét fogja jelenteni ez a központ. A gondoskodó város egy nagyon szép megjelenése ez az épület.” – fogalmazta meg Cser-Palkovics András polgármester, aki hétfőn nézte meg a felújított központot. Köszönetet mondott a kivitelezőknek, a tervezőknek és a projektet végigvivő szakembereknek is. A pályázat része volt a tetőszerkezet cseréje, az azbesztmentesítés után



Ilyen lett az Alba Bástya Irányi Dániel utcai épülete

kal élőkre: a látássérülteket speciális burkolati jelek segítik, a helyiségek neveit Braille-írással is feltüntették, a hallássérültek számára pedig hangerősítő rendszerrel biztosítják a tájékozódást.

nek, ám már addig is az új helyszínen működik – a tervek szerint májustól – az Alba Bástya Család- és Gyermekjóléti Központ. Létszám bővítésre is lesz lehetőség, a jelenleg hetvennégy fős dolgozói létszám nyolcvan fölé emelkedik.

„Ma a városban tizenhat telephelyünk van, ezekből egyet hagyunk csak meg, a többi helyszínről az összes kollégám „beköltözik”. Ez is hatalmas lépés, nem beszélve arról, hogy ez a szociális szolgáltatóközpont annyira magas színvonalon lett kialakítva, annyira a család- és gyermekjóléti szolgáltatás szakmai szempontjai figyelembevételével készült, hogy mind a minőség, mind a hatékonyság még magasabb lehet az intézményben!” – mondta el lapunknak Tisztelt Henrik, az Alba Bástya Család- és Gyermekjóléti Központ vezetője. Mint kiemelte: áprilisban el is kezdik a költözést, szeretnék már májusban birtokba venni az Alba Bástya új otthonát. Az épület két oldalán elhelyezkedő belső udvarok felújítása is megtörtént, valamint az új funkcióhoz kapcsolódóan egy kombinált játszóeszköz is segíti a gyermekekkel való foglalkozást.



A tizenhárom hónapig tartó felújítás során az épület teljesen megújult, igazodva az új funkcióhoz

pedig új kerámia tetőfedés készült. Az energetikai korszerűsítés részeként új nyílászárókat építettek be, és a homlokzati felületek hőszigetelése is megtörtént. Az épületet rákötötték a városi távhálóhálózatra, és a teljes elektromos hálózat cseréje megvalósult. Az ingatlan előtt és a belső udvaron egy-egy akadálymentes parkoló létesült, ahonnan megfelelően kialakított közlekedőfelületeken és az előírásoknak megfelelő méretű nyílászárókon keresztül, biztonságosan megközelíthető az épület. A belső terekben az akadálymentes közlekedéshez új személyfelvonót és emelőberendezést telepítettek, valamint új, mozgáskorlátozottak számára kialakított vizesblokk is készült. Az infokommunikációs kialakítás során is figyeltek a fogyaté-

A földszinten került kialakításra az ügyféltér és a hozzá kapcsolódó helyiségek. Az emeleten a központot kiszolgáló igazgatási, üzemeltetési funkciókat ellátó kollégák kerülnek elhelyezésre, valamint a szakmai munkát végzők is az emeleti irodai részlegben fognak dolgozni. Az épületben lévő, körülbelül százfős előadóterem megtartja funkcióját, biztosítva ezzel a havi rendszerességgel megtartandó kisebb-nagyobb konferenciák, előadások, járási értekezletek, jelzőrendszeri szakmaközi megbeszélések, megyei módszertani fórumok, éves gyermekvédelmi tanácskozások helyszínét. A pályázat lehetőséget ad új eszközök, bútorok, berendezési és felszerelési tárgyak, asztali számítógépek, laptopok, projektorok beszerzésére is. Ezek várhatóan nyárig megérkez-



Fonros szempont volt az akadálymentesítés, és az épület mellett az udvar is megújult

LUKÁCSY JÓZSEF



Nagybőjt idején

A nagybőjt – hamvazószerdától húsvétig – negyven napon át a teljes elcsendesülés ideje volt a régi paraszti kultúrában. Ilyenkor a háziasszonyok eltették a zsíros edényeket, amelyek csak húsvétkor kerültek elő. Az emberek, a halat leszámítva, csak növényi eredetű ételeket fogyasztottak. A pénteket veszteglésben, azaz teljes hallgatásban töltötték. Az idős, vallásos asszonyok csak napi három-hét búzaszemmet vettek magukhoz, hogy a szemekben húsvétkor szentként ismerjék fel Jézus arcképét. Mindez a lélek megtisztítása, a test „méregtelenítése” céljából történt.

De a feltámadó Jézus vajon mit mondana most a magából kifordult világunkról? Amikor a keresztény kultúránk, a nemzeti, az európai értékek és az emberi identitások felszámolása zajlik? Amikor lassacskán a mindennapi életünket, fizikai létünket veszélyeztető, az „egyre kevésbé fehér”, azaz egyre kevésbé önazonos ember által létrehozott civilizáció felforgatására, visszaszorítására történő tudatos és tetszerű háborúval kell folyamatosan szembenéznünk?

Csak a megértésre, türelemre, visszafogottságra és az üdvösségre áhító, csendes, békés magatartásra kérne bennünket? Vagy azt tanácsolná, hogy igen, vérted fel magad a bátorság, a tisztesség és szeretteid féltésének nevében a védekezés képességével és stratégiájával, de ne hozd létre a „white lives matter” mozgalmat és ne kérj életjáradékot rosszakaróidtól az évszázadok során okozott szenvedésekért. Mert úgysem adna. Az apokaliptikus korszakát éljük már régóta. De mi lesz a Teremtés felélése után?

Így maradjunk egy család!

KISS-DÁVID RENÁTA

Életünk egyik legfontosabb alapköve a család. Amikor két ember összetartozásából egy új közösség, szövetség születik, s amikor az „én” és „te” fogalmát felváltja a „mi”. Csiki Anna párkapcsolati coach-csal, kineziológussal beszélgettünk a családdá válásról, annak nehézségeiről és örömeiről.

Amikor a párkapcsolat megérik arra, hogy egy szinttel feljebb lépjen – legyen szó összeköltözésről, házasságról, gyermekvállalásról – a tervekből döntések születnek, de nem szabad elfelejtenünk a szerepeket sem! A párkapcsolatban adott a nő és a férfi szerepe, amiket aztán később az anya és az apa szerepei váltanak fel. De vajon meg tudunk-e maradni nőnek és férfinak egy kapcsolatban a szülővé váláskor? A válasz: igen, de csak tudatossággal!

Tény, hogy amikor a pár közös döntés alapján, együtt tervezi meg jövőjét, szeretnének egy családot alkotni, azonnal jelentkezik a felelősségvállalás is. Csiki Anna szerint igazán nagy biztonságot és erős alapot adhat, ha a párban már a közös jövő tervezése előtt is nagy szerepet kap a felelősségvállalás, az egymásról való gondoskodás, hiszen, ha már a szülővé válás előtt megalapozzuk és kialakítjuk a felelősségtudatunkat, akkor jó eséllyel lesz pozitív kimenetelű a párkapcsolat akkor is, amikor már egy családot alkotunk. A közös nevezőt, a közös gondolkodást nem minden esetben találják meg a párok a gyermeknevelésben, ez sajnos vitaforrást hordoz magában, de fontos meghallgatni a másik véleményét, érveit, gondolatmenetét is, hogy utána közösen találhassa meg az anya és az apa a számukra és a gyermek számára megfelelő arany középutat.

Szülőnek lenni egy hosszú és rendkívül élménydús folyamat a szakember szerint. Ez hordoz magában



Fotó: Kiss László archív

A család nemcsak vérségi kötelék, hanem szövetség is egy életen át!

nehézségeket, örömet, bánatot, melyekből sokat tanul az édesapa és az édesanya egyaránt. Viszont sokat segít, ha nincsenek egyedül! A gyermek érkezésekor maga a

rokonság is sokat tehet azért, hogy könnyebbek legyenek a mindennapok. Jó, ha besegít a testvér, a nagymama, a nagypapa a kisgyermek gondozásába, nevelésébe, hiszen ez a kicsinek mind rövid, mind hosszú távon jót tesz, a szülőkről pedig némi teher legördül. Nem utolsósorban ezáltal a pihenésre, a kettesben töltött minőségi időre is nyílik lehetőség. A szülő szerepébe bújni nem feltétlenül könnyű, ahogyan sok más, úgy ezt is meg kell tanulni! Van, ami ösztönből jön, de van, amit csak az idő előrehaladtával sajátít el az anya és az apa. Ez egy folyamat, ami egy életen át tartó tanulás, egy életen át tartó öröm és aggodás, hiszen a szülő számára a gyermek az első.

Csiki Anna azt mondja, amikor megérkezik a baba, ő lesz a legfontosabb a szülők életében, s a legtöbb esetben természetessé válik, hogy csak és kizárólag a szülői szerep létezik. Pedig fontos, hogy erre rácáfoljanak a párok! Mi vagyunk tehetünk azért, hogy

a párkapcsolat ugyanolyan jól működjön babával is, mint a családdá válás előtti időszakban. Minden nap tudatos, kemény munkát kell abba fektetni, hogy egy kapcsolat szilárd alapokon állhasson és azon is maradjon a gyermek érkezését követően.

„Vannak harmóniában élő családok, nem is kevés!” – állítja Csiki Anna, aki azt vallja: az intelligens, alázatos, tiszteltudó kommunikáció az alapja annak, hogy a pár egymástól ne távolodjon el a szülővé váláskor, hanem még erősebb kötelék alakuljon ki kettejük között, s együtt, közös erővel, szeretettel próbálják meg teljesíteni a rájuk váró feladatokat. Hiszen a váláshoz sokszor a nem megfelelő kommunikáció vezet, nem pedig a gyermek érkezése! A rendszeres párbeszéd, a másik iránti alázat, a másik fél meghallgatása, az önzetlenség és nem utolsósorban az őszinteség azok, amik erős szövetséggé formálhatják és erős egységben tarthatják a kapcsolatokat a baba érkezése után is.



Fotó: Kiss László archív

Csiki Anna szerint családdá válni óriási mérföldkő a párok életében, csoda és felelősség is egyben

„Nem érünk rá meghalni!”

A százhárom és a kilencvenöt éves Ilonák története

FICSÓRI ERIKA

Nagy Ilona és Somogyi Ilona életre szóló barátságát a cserkészélet pecsételte meg. A két hölgy a háború után került Székesfehérvárra, itt folytatták életük újabb szakaszát. Korukat meghazudtolva a jókedv, az éles elme jellemzi őket, és a rosszban is meglátják a jót!

Derű, nyugalom, bölcsesség – tömören így jellemezném a székesfehérvári százhárom éves Nagy Ilonát és a kilencvenöt éves Somogyi Ilonát. Mindketten Gyömrőn születtek, az egymáshoz közeli, szomszédos utcákban laktak, megismerkedésük és örök barátságuk mégis később, a cserkészélettel kezdődött 1938-ban.

A kilencvenöt éves Ilona a mai napig kiscserkésznek tartja magát, aki még mindig felnéz a nála nyolc évvel idősebb egykori cserkészvezetőjére. Bár 1948-ban megszüntették a mozgalmat, az a tíz év annyira összekovácsolta csapatuk tagjainak barátságát, hogy minden évben pár napot továbbra



Balra a kilencvenöt éves Somogyi Ilona, jobbra a százhárom éves Nagy Ilona

Somogyi Ilonának annyira megtetszett a város, hogy rábeszélte barátját, költözzenek ide. Az ártatlanul háborús bűnösnek kikiáltott Nagy Ilona azonnal kapott a lehetőségen, és

voltak. A ma kilencvenöt éves Ilona a Földművelésügyi, míg az idősebb a Honvédelmi Minisztériumban dolgozott. Őt csupán azért idézték a törvényszék elé, mert a hivatali számviteli osztályának alkalmazottja volt. Székesfehérváron mindketten a Húsipari Vállalatnál kaptak munkát, nyugdíjazásukig ott is maradtak. Életük nem volt zökkenőmentes, történeteiket a szomorúság és elkeseredés helyett mégis a derű és a belenyugvás jellemzi. Nagyokat nevetnek, rejtvényt fejtenek, és hatalmas szeretettel fogadják a hozzájuk érkezőket. Az ifjabb Ilona sűrűn forog, viccelődik, előkerül a sütemény, a pogácsa, egy kis aperitív. A százhárom éves mosolyogva konstatálja, hogy ő

mindig ilyen. Szereti a vendégeket. Jól kiegészítik egymást: az idősebb Ilona szeret főzni, a fiatalabb pedig – a járvány előtt – szívesen járt bevásárolni. Ma ehhez már segítséget kapnak.

Somogyi Ilona nevetve mondja, hogy ennyi évet megélt, és a mai napig nem tud és nem is akar megtanulni főzni. Nagy Ilona pedig hozzát teszi, hogy már egyre lassabban főz, de a héten is isteni csirkepaprikást készített, és a palacsintásütés sem maradhat ki az életükből. Beszélgetésünk során előkerülnek a gyermekkori emlékek. Kezembe vehettem azt a küsszékét, amit egykor még a százhárom éves Ilona édesapja faragott egyetlen, kedves kisleányának. Megtudtam, hogy mindkettőjük életét végigkísérte a természetszeretet, a zene, amikor pedig már lehetett, más országok megismerése Trabantjukkal és társasutazásokkal.

S hogy lehet megtartani ezt a derűt, jókedvet, ami őket jellemzi? Somogyi Ilona szerint rengeteg jó dolgot kaptak az egyházi egyesületektől, a cserkésztorvények életbe való átültetésétől, mely megtanította őket, hogy a rossznak vélt dolgokban is meglássák a jót. Nagy Ilona hozzátette: nagyon fontos, hogy tudjon az ember alkalmazkodni, megérteni, hogy a másik mit és miért tesz, mond, cselekszik. Ha helyre kell tenni valakit, azt tegyük meg, de időt, módot, hangnemet megválogatva! Ne nézzünk hátra, mindig a holnapra készüljünk! „Mi nem érünk rá meghalni!” – fogalmazott.



Ők ketten mindig vidámak!

is együtt töltöttek hosszú éveken keresztül. A tizenkét főből álló Nefelejcs családban mára négyen maradtak: egy kilencvenegy és kilencvenkét éves csoporttag, valamint ők ketten. Személyes találkozást már nem szerveznek, de a mai napig tudnak egymásról, és tartják a kapcsolatot. Székesfehérvárra a háború után kerültek. Egyik cserkész-társuk a városban lakott, és éppen ő volt a soros a szokásos évi találkozás megszervezésére.

Mátészalkáról, ahová száműzték, Székesfehérvárra érkezve megkönnyebbüléssel kezdhetette élete új szakaszát. A háború alatt mindketten minisztériumi alkalmazottak

Nem messze lakunk egymástól a két hölgygel, mégis Szentzi Ildikó fehérvári kéz- és lábápoló által ismertem meg őket. Évek óta hallok az „ő nénijeiről”, akikről sugárzó arccal beszél minden alkalommal: ő készíti a hölgyek pedikűrjét. A nő, akármilyen idős, mindig nő marad!



Édesapja faragta a babaszékét

Tót deák és Gábor diák

VAKLER LAJOS

Vörösmarty Mihály születésének kétszázhuszadik évfordulója alkalmából a Kárpát-medencei Művészeti Népfőiskola a kápolnásnyéki Vörösmarty-emlékházzal közösen szervezett emlékév keretében hirdette meg – a Magyar Versmondók Egyesülete szakmai támogatásával – a Vörösmarty-versünnepet. A két kategóriában több mint kétszáz kárpát-medencei fiatal mérettette meg magát. A döntőben a rangos szakmai zsűri előtt tizenheten mutatták be tudásukat.

L. Simon László országgyűlési képviselő, a zsűri elnöke köszöntőjében kiemelte a versmondók tehetségét és elhivatottságát: „A tizenhét döntős gyerekből van egy erdélyi, egy gyergyói fiatalember is, és a kápolnásnyéki, Vörösmartyról elnevezett iskola diákjai is szép számmal indultak a versenyen, akiket a zsűri külön értékelt. Vörösmarty életművének, szellemi örökségének ápolása kiemelt küldetésünk itt, a Velencei-tónál. A magyar írók és költők közül itt született Gárdonyi és Vörösmarty. Különösen nagy figyelmet fordítunk az ő életműveikre!”

Rodics Eszter, az ötletgazda Kárpát-medencei Művészeti Népfőiskola Alapítvány elnöke számára megerősítést jelent, hogy ilyen sok felkészült fiatal tett hitet a magyar nyelv kivételes értékei mellett:



Kivételes lehetőséget kaptak a kárpát-medencei fiatalok, hogy megismerjék Vörösmarty életművét

„Sokat gondolkodtam azon, vajon mi az oka annak, hogy ez egy ilyen jól sikerült versennyé vált. Az egyik ok talán az, hogy a fiatalok szeretik az online teret használni. És az, hogy az elődöntőre beküldött anyagokat saját maguk szerkesztették, saját maguk hozták létre, egy adalék, egy örömteli munka volt!”

A bensőséges hangulatú eseményen kitüntető oklevelet vehetett át a kápolnásnyéki Vörösmarty Mihály Általános Iskola és Gimnázium igazgatója, Valkai Lénárd, ebből az intézményből nevezett ugyanis a legtöbb diák a versenyre. A szakmai zsűri döntése alapján a hat és tizenkét év közötti korosz-

tályban Gajdos Márta, a Jászbaldogházi Mátyás Király Általános Iskola kilencéves tanulója lett az első a Tót deák dala című verssel, míg a tizenhárom és tizennyolc év közöttiek első helyezését a Marcali Berzsényi Dániel Gimnázium növendéke, Baranyi Liána szerezte meg a Gábor diák című Vörösmarty-művel.

Modlitwa-Wiersz-Książka

Ima-Vers-Könyv

VAKLER LAJOS

Három éve, a Kortárs Művészeti Fesztivál keretében, a Fehérvári Könyvnapokon mélyülhettünk el Bobory Zoltán versírói nagyságának újabb fejezetében.

Tornyai Gábor akkor, az Ima-Vers-Könyv című kötet előszavában Bobory Zoltán költői üzenetét így foglalta össze: „Hit, emberek, magyarság, életlátás, Mária, féltés, barátok, jó és balsors, bizalom, remény a jelen és a jövő életben.”

Most, amikor újra kezünkbe vehetjük ezt a különleges, immár két nyelven, magyarul és lengyelül kiadott, a hitről, magyarságtudatról szóló vallo-mást, megtapasztalhatjuk, mennyire hűján vagyunk napjainkban a hoz-zánk és rólunk szóló gondolatoknak. Konrad Sutarski, a Magyarországon élő lengyel közösség kiemelkedő alakja, a kiváló költő és író ezúttal műfordítóként jeleskedett, megerősít-ve a két baráti nép gondolkodásmód-jának hasonlóságát, hitét a múltban, a jelenben és a közös jövőben.



Fotó: Simon Erika

Bobory Zoltán összegzése hitről, barátságról, emberségről fontos kérdéseket vet fel



TÁRSASHÁZA BIZTOS KEZEKBEN! SZÉPHŐ Zrt. Társasházkezelés

Vállaljuk társasházak

- közös képviseletét,
- könyvelését,
- teljes körű jogi képviseletét.

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.

Kézzel festett kövek indultak játékos útra

PAPP BRIGITTA

Újabb játék indult el Székesfehérváron: a főszereplők apró, kézzel festett kövek és játékos kedvű gyerekek, felnőttek.

Új trend hódít Székesfehérváron: a Köves/s/ Fehérvár egy világszerte működő mozgalom mintájára, közel három hete életre hívott játék, melyhez városunkban már több mint négyszázan kapcsolódtak. A cél egyszerű: az örömszerzés. Hogy a játékosok egy kis fényt lojjanak a szürke mindennapokba,

ösztönözzék az embereket arra, hogy nyitott szemmel járjanak – írják a szervezők a játék közösségi oldalán. A két kezdeményező, a székesfehérvári Bedemann Diana és a pákozdi Horváth-Olasz Anita együtt gondozzák a felbukkanó, majd újra elrejtett köveket.

„Az ötlet Diától származik, és a közösségi oldalon bukkantunk egymásra, pontosabban Dia megkeresett ezzel az ötletével, és boldogan igent mondtam!” – mesélte Anita, majd így folytatta: „Két hete hétfőig vittük ki az első köveket. Akkor



Fotó: Facebook/Köves/s/ Fehérvár

Az egyik megtalált kincs

A játék szabályrendszere egyszerű

- A kavicsokat csak fessük be (pl. akrillal, lakkal, hogy vízállók legyenek), de ne ragasszunk rájuk semmit – ez a természet- és állatvédelem szempontjából fontos! Szalvátatechnikát is lehet alkalmazni, ha vastag lakkréteg kerül rá.
- Fontos, hogy kerüljön fel a köre a csoport neve: Köves/s/ Fehérvár.
- Csak ott helyezzük el a kavicsokat, ahol kárt nem okozhatnak! Például autókra, mágnásterületre, boltokba, temetőbe ne! Ne tegyünk olyan helyre sem, ahol a kutyák dolgukat végzik. Egy buszmegálló, villanyoszlop vagy pad kiváló helyszín lehet!
- A festés legyen politika-, vallás- és pornográfia-mentes, és márkanév vagy logó se szerepeljen rajta!
- A kő mérete a célnak feleljen meg, legyen könnyen hordozható!

negyvenet festettünk ketten, és kiheleztük a város forgalmasabb részein. Városrészenként három-négy kő kelt útra. Aztán eltelt egy hét, és a kövek nagy részéről nem érkezett visszajelzés. Kicsit elszomorodtunk. Újabb egy hét elteltével aztán berobbant a dolog, egyre több megtaláló jelentkezett, és az alkotásba is belevágtak többen. Azóta a követők létszáma már jóval négyszáz fölött van. A résztvevők szívesen játszanak velünk, örülnek a megtalált köveknek, és szívesen rejtik el azokat újra, egy kis színt csempészve ezzel a mostanság amúgy is szürkébb mindennapokba. Nagyon örülünk, hogy szívesen vették ezt a kezdeményezést, lelket simogató a sok visszajelzés!”

Bár a kövek első elrejtett nemzedékéből minden darab eltűnt, azért Dia és Anita bízik benne, hogy egyre több emberhez eljut a játék szabálya, és újra elrejtik a megtalált köveket. Szerencsére váratlan, kedves segítségük is akadt a kőutánpótlásban: „Nagyon meghatódtunk, amikor a Zentai Úti Általános Iskola 2. b osztályának osztályfőnöke arról küldött nekünk képeket, ahogy a gyerekekkel festik a köveket, majd elrejtik a városban. Azt írta, hogy aznap délután sok gyerek a szüleiével is megjárta a parkokat, megmutatták az elrejtett köveket, és otthon a családdal folytatódott a festés. Ötven festett kővel járultak hozzá a játékhoz.” – mesélte Dia.

Újra görbülhet a bot!

VAKLER LAJOS

A MOHOSZ jelenleg a Fehérvárcsurgói-víztározó, a Pátkai-víztározó, a fehérvári palotavárosi tavak, a Gaja, a Sárvíz, a Malom-csatorna, a Sárszentmihályi-víztározó, a Nádor-csatorna és a Duna 1564-es és 1630-as folyankilométere közötti szakaszának vízkezelője. A Fehérvár Televízió Agrárinfó című műsorának vendégeként Urfi Tamás, a MOHOSZ ügyvezetője a közeljövő feladatairól számolt be a horgászat barátainak.

„Örömteli hír, hogy a horgászatot, mint szabadidős tevékenységet egyre többen választják! A kezelésünkben lévő vízpartokon reggel 5-től este 8-ig lehet tartózkodni. A horgászat tehát a korlátozások mellett is működik, tudunk hódolni a szenvedélyünknek. Február 15-én megkezdődött a horgászhelyek aktualizálása, az új szerződések kötése. A számokból kitűnik, hogy egyre többen választják ezt a

szabadidős tevékenységet. A harminchéromezer regisztrált horgászunk körében januárban és februárban több mint húszezer jegyet értékesítettünk. Azt tapasztaljuk, hogy az emberek most, hogy beköszöntött a jó idő, szeretnének kijutni a vízpartokra. Sokat segített az elmúlt évben, hogy a kormányzat döntése alapján az intervenciók alaphoz részesültek a horgásztavak is. Mi az elmúlt héten elkezdtük a háromnyaras pontyok kitelepítését. A palotavárosi tavaknál ez már megtörtént, következik Fehérvárcsurgó és Pátka. Mindegyikbe harminc mázsás pontyot helyezünk ki, és pár héten belül, március második felében egy újabb, hasonló méretű telepítést fogunk végrehajtani. Jó hír, hogy megszületett a megállapodás az agrárminisztérium, a MOHOSZ és a haltermelők között, ami a jövőben is biztosítja, hogy a horgászvizekbe elegendő hal kerüljön!” – nyilatkozta Urfi Tamás.



Fotó: Simon Erika

A fehérvári horgászvizekben továbbra is biztos a zsákmány!

m 59
ÖZLETI PARK

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

szolgáltatásokról

HTTP 81.

Nagy Zoltán
Ügyvezető

RAKTÁRAK,
MŰHELYEK
22 / 500-153

Vegyen halat egyenesen a termelőtől!

Várjuk kedves vásárlóinkat Székesfehérváron, a Palotavárosi ruhás-iparcikk piacon, minden páros héten szombaton, (első alkalom: 2021.03.13.) és a Móri úti halastavaknál, a Horgászdűlőn minden pénteken 9:00 és 14:00 között!



További információ: www.facebook.com/albaagrarrzt

Tippek a munkahelyi stressz csökkentésére

PAPP BRIGITTA

A járvány szinte minden munkahelyre hat, és így vagy úgy, de stresszhelyzetet idéz elő. Hogyan védekezzünk a stressz negatív hatásai ellen?

A stressz, ha nem is mindenhol és állandóan, de kisebb-nagyobb mértékben a legtöbb munkahelyen jelen van. Az elmúlt egy évben az életünket uraló koronavírus-járvány pedig szinte kivétel nélkül minden közegben előidézett olyan helyzeteket, amelyek akár állandósult szorongással is járnak. A folyamatos stressz szervezeteinkre, testi-lelki épségünkre gyakorolt negatív hatásairól már sokat hal-

lottunk, olvastunk: az állandósult szorongás komolyabb tüneteket is kiválthat, fejfájáshoz, alvászavarhoz, emésztési problémákhoz, gyomor- és nyombélfekélyhez, magas vérnyomáshoz vezethet, hosszú távon pedig koncentrációs problémákat is okozhat, ami csökkentheti a munkahelyi teljesítményt. De mit tehetünk, hogy csökkentjük a mindennapi munkahelyi stressz negatív hatásait?

Lassú belégzés, hosszú kilégzés

Tanulmányok egyértelműen kimutatták, hogy a tudatos légzés rengeteget segíthet. A technika egyszerű, de gyorsan, látványosan csök-

kenthetjük vele a stresszhelyzetek következményeit. Az egyenletes légzés automatikusan csökkenti a stresszhormonok szintjét a szervezetünkben, mérsékli a szívverések gyakoriságát és csökkenti a vérnyomást. Nem kell mást tenni, mint a felgyorsult, kapkodó légzésünket lassítani és elnyújtani, mélyíteni a belégzést, illetve a kilégzés fázisát is.

Az vagy, amit megesz!l

A stressz az emésztést sem kíméli, ha pedig még tovább terheljük a gyomrunkat, akkor biztos a teljes káosz! A túlságosan nagy mennyiségű cukor és az alkohol csak

fokozza a feszültséget. Inkább csökkentjük fogyasztásukat, és sokat segíthetünk magunkon! Amit pedig nem lehet elégszer hangsúlyozni: fogyasszunk sok friss zöldséget és gyümölcsöt, ezek garantáltan rendezik az emésztésünket!

Ér annyit a téma?

Mérlegeljük, hogy milyen súlyú az adott probléma, amin éppen rágódunk! A józan belátás sokat segíthet, de ha helyette belelökjük magunkat a garantáltan lefelé tartó spirálba, és hagyjuk, hogy a gondolataink a problémák uralják, akkor a stressz győzni fog!



Karbantartó (mechanikus/elektromos)

Feladatok

- A munkaterület gépeinek / berendezéseinek / eszközeinek karbantartása, javítása, a munkaterületre vonatkozó követelményeknek, az elvégzett képzéseknek és tanfolyamoknak megfelelően
- Vizuális ellenőrzés
- Napi ellenőrzések végrehajtása, munkajelentések, ellenőrzőlapok kitöltése, szabványok, munkautasítások betartása
- A vállalat gépeinek / berendezéseinek és eszközeinek állagmegóvása, tisztán tartatása

Elvárások

- Középfokú végzettség (automatizálás / mechatronikai technikus, villanyszerelő stb.)
- Többműszakos munkarend vállalása
- Orvosi alkalmasság

Ami kínálunk

- Havi bruttó 320.000 Ft átlagkereset + juttatások
- Pozíció pótlék
- INGYENES, jól felszerelt 3*-os apartmanszálló
- A törvényi előírt 16%-kal magasabb műszakpótlék (46% 18:00 és 6:00 között)
- Negyedéves jelenléti ösztönző
- Választható cafeteria, munkahelyi étkezési hozzájárulás
- Ingyenes, légkondicionált buszjáratok 80 km-es körzetből (23 buszjárat, 5 megyéből)
- Kedvezményes gumibroncs-vásárlási lehetőség
- Ingyenes szakmai és nyelvi képzések

+36 25/556-036

munka@hankookn.com

www.hankooktire.com/hu



ÖTLETVERSENY KÖZÉPISKOLÁSOKNAK - TERVEZZ ÉRTÉKES AJÁNDÉKOKÉRT!

Gyakran megfordulsz a székesfehérvári közösségi tereken, parkokban? Van ötleted, hogy mi hiányzik, hogyan lehetnének jobbak, színesebbek?

Készíts egy rövid videót a terveidről középiskolás barátaiddal és NYERJ!

Mit kell tenned?

- Alakíts csapatot (2-5 fő) és küldd el a jelentkezésedet a kdriu@kdriu.hu e-mail címre!
- Készítetek egy rövid videót az átalakítás terveiről és küldjétek el a fenti e-mail címre március 31-ig!
- Vegyetek részt a tavasszal megrendezésre kerülő ötletversenyen és mutassátok be a zsűrinek az alkotásotokat!

Minden pályázó értékes ajándékot kap, emellett pedig versenybe szállhat a fődíjakért:

1. díj: 1 éves Netflix előfizetés a csapat tagjainak
2. díj: 1 éves Spotify előfizetés a csapat tagjainak
3. díj: 1 szabadulószoza belépő a csapat tagjainak

A verseny további részleteit itt megtaláljátok:

<http://www.kdriu.hu/gondoljuk-ujra-kozosségi-tereinket.../>

Gondoljuk újra közösségi tereinket!

Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-00434



SZÉCHENYI 2020



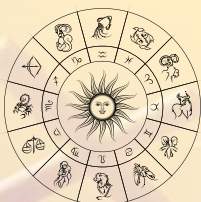
Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

Horoszkóp

2021. márc. 11. – márc. 17.



Kos 3. 21. – 4. 20.

Ezen a héten rengeteg lehetősége lesz arra, hogy megmutassa az Önben rejlő tehetséget. Ez az időszak kedvező arra, hogy jelentkezzen egy állásra, hiszen ez a munkalehetőség nagyban előrébb viheti a szakmai életében!

Bika 4. 21. – 5. 20.

Amennyiben egyedülálló, akkor ez a hét nagyon izgalmas fordulatokat hozhat a romantika terén, ugyanis lehet, hogy rátalál Önre az igaz szerelem. Esélyes, hogy találkozni fog valakivel, aki igazán boldoggá teszi majd!

Ikrek 5. 21. – 6. 21.

Akár párkapcsolatban él, akár egyedülálló, a romantika ezen a héten az élete középpontjába kerül, ugyanis a csillagok remek hatással lesznek a szerelmi életére. Találjon egy olyan párt maga mellé, aki megneveteti, intelligens, és képes komoly dolgokról is beszélgetni Önnel!

Rák 6. 22. – 7. 22.

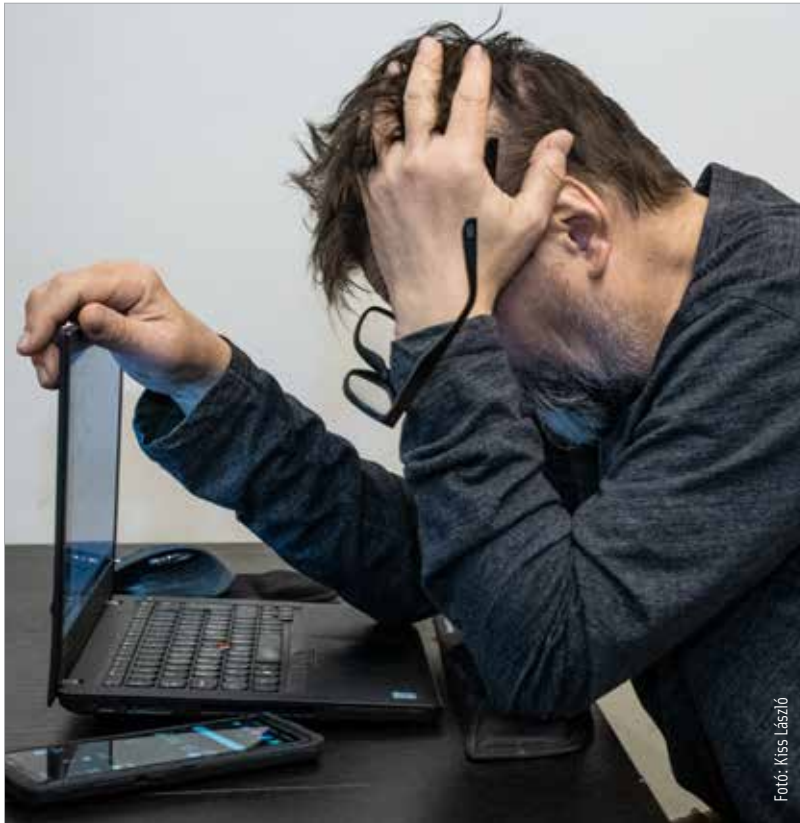
Az elkövetkező napokban megtapasztalhatja majd az elismerés és a siker érzését, amire már olyan régóta vágyott. Ne féljen semmitől, hiszen minden szakmai helyzetben remekül fog teljesíteni!

Oroszlán 7. 23. – 8. 22.

Ez a hét remek lehetőségeket kínál a szakmai élete szempontjából, ugyanis nagy valószínűséggel megkapja majd álmai munkáját. Azt ajánljuk, hallgasson a belső megérzéseire!

Szűz 8. 23. – 9. 22.

A héten próbálja meg lelassítani az Ön körül zajló dolgokat, jógázzon és elmélkedjen, hogy ismét visszanyerje a gondolatait és az érzelmei feletti irányítást! Készüljön arra, hogy ez a hét a szakmája és a magánélete terén is nagy hatással lesz Önre!



Fotó: Kiss László

A stressznek rendkívül káros hosszú távú hatásai vannak szervezetünkre, ezért próbáljuk meg időben kezelni!

Egy kicsi mozgás mindenkinek kell!

A sport nemcsak a szorongás csökkentésében segít azzal, hogy mozgás közben endorfin szabadul

fel a testünkben, de a figyelmünket is elvonja a negatív gondolatokról. A mozgás jótékony hatásához nem kell profi sportolónak lennünk, kezdő műkedvelőként is ugyanolyan sokat segíthet rajtunk!

A kiégési szindróma olyan tünetegyüttes, amit hosszú távú fokozott érzelmi megterhelés, túlzásba vitt munkavégzés, erőteljes stresszhatás okozhat. A kiégési szindróma fizikai-érzelmi-mentális kimerüléssel jár.



JELENTKEZÉS:

Gyere a Hydrohoz.hu

ELEKTROMOS KARBANTARTÓ KOLLÉGÁKAT KERESÜNK

MEGBECSÜLJÜK MUNKÁJÁT:

- Azonnali kezdés
- Székesfehérvári munkavégzés
- Kiemelkedő fizetés
- Változatos juttatási csomag
- 13. havi fizetés és cafeteria
- Karácsonyi juttatás
- Céges buszjáratok
- Egészségbiztosítás
- Önkéntes nyugdíjpénztár
- Biztonságos munkakörnyezet

A FELADATRÓL:

- Villamos karbantartó feladatok ellátása
- Egyszerűbb mechanikai karbantartás
- Gépek karbantartási, hibaelhárítási feladatai



Hydro

Értékeljük a tapasztalatot.

Az alábbi képzéseink utoljára

OKJ rendszerben, márciusi csatlakozással:

- Tűzvédelmi előadó (A041)
- Ipari olaj-és gáztüzelő-berendezés kezelő (A003)
- Kazánkezelő(2-12 t/h között) (A013)
- Kisteljesítményű kazánfűtő (max 2 t/h) (A014)
- Villamosállomás kezelő (A023)
- Nyomástartóedény-gépész (A015)
- Gázipari műszaki-biztonsági felülvizsgáló (A032)

További kínálatunk utoljára megszerezhető OKJ szakképesítésekre: www.dekra.hu

Bővebb felvilágosítás: DEKRA Akadémia Kft.

Székesfehérvár, Berényi út 72-100. • Tel.: 22/333-508; 06/30-699-5921
szekesfehervar.hu@dekra.com



E-000663/2014



Mérleg 9. 23. – 10. 22.

Hatalmas lehetőségek állnak Ön előtt az elkövetkező napokban. Ha Ön eddig valamilyen változásra várt, most egy remek ajánlatot kap, amit mindenképpen érdemes elfogadnia! A munkatársai emellett sokat fognak segíteni Önnek abban, hogy minél hamarabb képes legyen elérni a szakmai életében kitűzött céljait.

Skorpió 10. 23. – 11. 22.

Ez a hét egy csodás kapcsolat kezdete lehet. Ön egész héten nagyon izgatott lesz, egyszerűen fogja érezni magát egy bizonyos személlyel. A házastársának azonban több figyelmet kell fordítaniuk a párjuk igényeire, ne hanyagolják el egymást!

Nyilas 11. 23. – 12. 20.

A kaland és a szabadság fontos részét képezik a boldogságának, ezért nagyon szeret rövid utazásokra, kirándulásokra indulni. Azonban nem minden alakul fényesen az elkövetkező napokban, és Önnek most különösen óvatosnak kell lennie az egészségét illetően!

Bak 12. 21. – 1. 20.

Ez a hét az anyagi bőség és a végtelen harmóniáé. A távkapcsolatban élő párok rengeteget fognak gondolni egymásra ezen a héten, és próbálják megszervezni az újabb találkozást, ami feltölti őket lelkileg.

Vízöntő 1. 21. – 2. 18.

Remekül fognak menni a dolgok a karrierje területén. Ezen a héten ugyanis minden esélye megvan rá, hogy megkapja a régóta áhított előléptetését. Remek benyomást kelt majd a főnökében, hiszen remekül dolgozik, és képes a dolgokat más szempontból is megvizsgálni.

Halak 2. 19. – 3. 20.

Egy fellángolás akár komoly érzelemmé is átalakulhat a hét során. Elképzeltető, hogy magával ragadja egy bizonyos személy, aki szintén hasonlóan érez. Ön iránt. Ne rejtse el az érzéseit, hanem őszintén mutassa ki azokat!



A Vidi kedvenc ellenfele

SOMOS ZOLTÁN

Egyetlen csapat van a labdarúgó élvonalban, amellyel már háromszor játszott a szezonban a MOL Fehérvár, és mindig legyőzte. Az újonc Budafok ráadásul a kupában is a fehérváriak útjába került, és ott is kikapott.

2021-ben még nem nyert hazai pályán bajnoki meccset a MOL Fehérvár, ezért talán nem is bánták a piros-kékek, hogy vasárnap idegenben kellett játszani. Ráadásul a szezon első két körében egyaránt 4-1-re legyőzött Budafokkal. Az újonc ezúttal jobban ellenállt, végül éppen a fehérvári kölcsönjátékos, Zsóri öngólja hozta meg a Vidi győzelmét (2-1).

Még ki sem bosszankodhatták magukat a budafokiak, amikor szerda este megint a Fehérvárral játszottak, igaz, ezúttal a Magyar Kupában és a Mol Aréna Sóstóban. Ez sem segített rajtuk: a kupa előző körében a Ferencvárost búcsúztató Vidi nem botlott. Ismét láttunk budafoki öngólt, valamint Stopira fejesét, amivel beállította a 2-0-s végeredményt. Ezzel már elődöntőben van a hónap végéig még Szalai Tamás által irányított csapat, egyben először nyert tétmeccset itthon ebben az évben. Vasárnap Felcsúton lesz bajnoki rangadó, a második helyen öt ponttal előttük álló Puskás Akadémiához látogatnak Nikolicsek.



A kupában van ok az öröme, ebben a sorozatban még szerezhet trófeát idén a Vidi

A nagy küzdő gyógyulásáért

SOMOS ZOLTÁN

Kaufer Tamást szinte mindenki ismeri, aki Fehérváron fut. A népszerű vízteszközmái és Bence-hegyi futás kitalálója, szervezője, sok futóesemény hangulatfelelőse most kórházban fekszik. Barátai, tisztelői egykörös futással üzentek: gyógyulj, Tomi!

„Tamás nagy harcos, reméljük, ezt ő is tudja magáról! Lélekerősítő futást szervezek a Haleszba, ami annyit tesz, hogy futunk egy kört Tamás gyógyulásáért, készítünk egy közös fotót, és elküldjük neki.” – jelent meg a felhívás Kaufer Ta-

más egyik ismerősének közösségi oldalán hétfőn reggel. A hatvanévesen is kőkemény sportemberért sokan szorítanak, ezt mutatta, hogy a gyors kezdeményezésre mintegy harminc futó jött össze, a fenti felhívás nyomán pedig száznál is többen fejezték ki jókívánságaikat. A barátok egy közös felirattal üzentek, majd futás közben a távolságot tartva, maszkban egy kört teljesítettek. Mindenki bizik benne, hogy a mostani kihívással is megküzd a nem mindennapi életúttal büszkélkedő „futórocker”.



Mi is szorítunk a kórházban fekvő Kaufer Tamásért, és csatlakozunk a futók biztató üzenetéhez!

Megújult a SZÉPHŐ internetes ügyfélszolgálat

SZÉPHŐ

A járványhelyzetben új, online rendszert vezetett be a SZÉPHŐ Zrt., melynek előzményei a koronavírus-járvány előtti időkre nyúlnak vissza.

Szauter Ákos, a cég vezérigazgatója lapunknak elmondta: „Már korábban elkezdtünk abban gondolkodni, hogy egy új ügyfélszolgálati rendszerrel induljunk, melynek segítségével a kedves ügyfelek akár otthonról, a karosszékéből is tudják az ügyeket intézni, egyáltalán ne kelljen bejőnniük. Ősszel a közös képviselőknél ezt a felületet megnyitottuk, február 15-től pedig már minden ügyfelünk számára elérhető a rendszer!”

Az új felület könnyen átlátható, az ügyek egyszerűen intézhetők a használatával. Lehetőség van többek között az adásvétel, a bérlováltás, a díjfizető-változás, az elektronikus számla-igénylés, az igazolások és a számlamások kérése, a mérőórák bejelentése vagy a hibabejelentés témakörében ügyet intézni. Viszont továbbra is csak személyesen (amint a járványhelyzet engedi) intézhetők az örökléssel vagy a részletfizetéssel kapcsolatos ügyek.



Kép: Burján Zsigmond

A járvány miatt a SZÉPHŐ ügyfélszolgálat is zárva tart, viszont az ügyeket interneten keresztül lehet intézni. Az új felületen a regisztrációt követően könnyű eligazodni.

A felület alkalmas üzenetváltásra is, rajta keresztül benyújtható hiánypótlás, a kialakított banki fizetési csatorna pedig az OTP SimplePay által kínált lehetőséget a számlák rendezésére. A belépéshez egy rövid regisztráció szükséges a <https://ugyfelszolgalat.szepho.hu> oldalon, ami után elérhetővé válik a személyre szabott felhasználói profil. Regisztrálni az a felhasználó tud, akit a SZÉPHŐ Zrt. ügyfélszolgálatára már egy előző ügyintézés kapcsán azonosított. Sikertelen regisztráció esetén a szükséges adat-egyeztetés megtehető telefonos úton a 22 541 300-as telefonszámon.





**1000
EZER FORINT**
Az Oázis Kertészet
ajándék kuponja
www.oazis.hu

A kupon 2021. március 11. és 31. között érvényes. Az ajándékot csak a kertészetben lehet felváltani. A kuponon szereplő információk nem vonatkoznak a kertészet által szervezett programokra. A kupon érvényesítése nem vonható le. Visszatérítést egy darabig kupon használatára fel.




Oázis Kertészet Székesfehérvár

Holland fasor 1. (Next-Stop üzletház az Auchannál) H-Sz: 8-19; V: 8-18

Gyere el hozzánk március 19-20-21-én, és tudj meg mindent az otthon termelt zöldség és gyümölcsök igényeiről! Termő palánták, vetőmagok, fűszerek, kiegészítők akcióival és vendéglátással várunk!

Kóstolj meg különleges fűszereket, beszéljess szakértőinkkel és ismerd meg legújabb sajátmárkás termékeinket! Gyere el, és töltsünk együtt egy izgalmas hétvégét az otthon természetjében!



A Vörösmarty Rádió műsora március 13-tól 19-ig

FM 99,2 • www.vorosmartyradio.hu • A hírszerkesztőség ügyeletes száma: 30 901 4150

2021. 03. 13. SZOMBAT	2021. 03. 14. VASÁRNASZOMBAT	2021. 03. 15. HÉTFŐ	2021. 03. 16. KEDD	2021. 03. 17. SZERDA	2021. 03. 18. CSÜTÖRTÖK	2021. 03. 19. PÉNTEK
08.00 Friss hírek, időjárás és közlekedési információk Fehérvári hétvége: életmód, kulturális programajánlatok, kikapcsolódási lehetőségek Székesfehérvár és Fejér megye egész területéről. Műsorvezető: Kiss György Hírszerkesztő: Bóna Éva	08.00 Friss hírek, időjárás és közlekedési információk Fehérvári hétvége: életmód, kulturális programajánlatok, kikapcsolódási lehetőségek Székesfehérvár és Fejér megye egész területéről. Műsorvezető: Kiss György Hírszerkesztő: Bóna Éva	06.00 Fehérvári reggel Műsorvezető: Schéda Zoltán Hírszerkesztő: Ficsóri Erika 09.10 Autófitnesz Vendég: Polgár Tibor 10.00 Így készült az Én, Petőfi című tévéjáték Vendég: Matuz János, Csengey Márton Szerkesztő-riporter: Sasvári Csilla Műsorvezető: Bokányi Zoltán	06.00 Fehérvári reggel: minden félórán friss hírek, programajánló, kalendárium, közlekedési információk, a hallgatók születésnapjainak köszöntése, képek és információk Műsorvezető: Schéda Zoltán Hírszerkesztő: Germán Márton 09.10 Munkaügyek Vendég: Pajtók-Vízolyi Júlia Műsorvezető: Schéda Zoltán Hírszerkesztő: Germán Márton 10.00 Fehérvári délelőtt: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	06.00 Fehérvári reggel: minden félórán friss hírek, programajánló, kalendárium, közlekedési információk, a hallgatók születésnapjainak köszöntése, képek és információk Műsorvezető: Schéda Zoltán Hírszerkesztő: Germán Márton 09.10 Egészségzszerda Fehérvári délelőtt: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán 10.00 Fehérvári délelőtt: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	06.00 Fehérvári reggel: minden félórán friss hírek, programajánló, kalendárium, közlekedési információk, a hallgatók születésnapjainak köszöntése, képek és információk Műsorvezető: Schéda Zoltán Hírszerkesztő: Bóna Éva 09.10 Allati dolgok Vendég: Lőrészki Gábor Műsorvezető: Schéda Zoltán Hírszerkesztő: Bóna Éva 10.00 Fehérvári délelőtt: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	06.00 Fehérvári reggel: minden félórán friss hírek, programajánló, kalendárium, közlekedési információk, a hallgatók születésnapjainak köszöntése, képek és információk Műsorvezető: Schéda Zoltán Hírszerkesztő: Bóna Éva 09.10 Nyugdíjasklub Műsorvezető: Schéda Zoltán Hírszerkesztő: Bóna Éva 10.00 Fehérvári délelőtt: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán
08.10 Internetes ügyeink Vendég: dr. Czenczi Anikó	08.30 Programajánló	11.00 Műsorvezető: Bokányi Zoltán	10.00 Fehérvári délelőtt: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	09.10 Egészségzszerda Fehérvári délelőtt: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	09.10 Allati dolgok Vendég: Lőrészki Gábor Műsorvezető: Schéda Zoltán Hírszerkesztő: Bóna Éva	09.10 Nyugdíjasklub Műsorvezető: Schéda Zoltán Hírszerkesztő: Bóna Éva
09.00 Kedvencek percei Vendég: dr. Paál Csaba	09.10 Természetesen egészségesebben Vendég: Supliczné Tóth Mária	11.10 Március 15. az irodalom tükreben Vendég: dr. Bakonyi István	10.00 Fehérvári délelőtt: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	10.00 Fehérvári délelőtt: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	10.00 Fehérvári délelőtt: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	10.00 Fehérvári délelőtt: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán
10.00 Parkapcsolati műsor Vendég: Fejér Kata	10.10 Dojo önvédelmi és távolkeleti művészeti magazin Vendég: Rétlaki Gábor	12.10 Ebédidő Vendég: Szabó László	10.10 Kézmuveink	10.10 Kézmuveink	10.10 Társasház Vendég: Egyed Attila	10.10 Útravaló
11.00 Dojo önvédelmi és távolkeleti művészeti magazin Vendég: Rétlaki Gábor	11.00 Dojo önvédelmi és távolkeleti művészeti magazin Vendég: Rétlaki Gábor	13.10 Illemtan Vendég: Ober László	11.10 Ebédidő Vendég: Szabó László	11.10 Ebédidő Vendég: Szabó László	11.10 Ebédidő Vendég: Szabó László	11.10 Hétvégi programajánló
12.00 Virágos hangulatban Vendég: Winkler Kriszti	11.35 Szabadidőben Vendég: Kulcsárné Németh Mariann	15.00 Fehérvári délután: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	12.10 Illemtan Vendég: Ober László	12.10 Ebédidő Vendég: Szabó László	12.10 Ebédidő Vendég: Szabó László	12.10 Ebédidő Vendég: Szabó László
13.00 Tűzoltók órája Vendég: Koppán Viktor	12.10 Családörök Vendég: Fekete-Cseri Zsuzsanna, Pap Csilla, Tornyai Gábor	14.10 Fehérvári délután: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	13.10 Vakolat Vendég: Puska József	13.10 Környezetbarát Vendég: Mihály Gyula	13.10 A Városgondnokság műsora	13.10 A bor szerintünk Vendég: FánCSI Viktória
14.00 Fehérvári délután: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	12.10 Családörök Vendég: Fekete-Cseri Zsuzsanna, Pap Csilla, Tornyai Gábor	14.10 Fehérvári délután: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	14.10 Auto, motor, sport Vendég: Debreczeni Dávid	14.10 Hangvilla Fehérvári délután: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	14.10 Az orvos válaszol Fehérvári délután: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	14.10 Kertészeti magazin Vendég: Németh László
14.30 Az vagy, amit megesszel! Vendég: Szollár-Kaczur Beatrix	13.05 A táncdalfesztiváloktól napjainkig Vendég: Kiss György	15.00 Fehérvári délután: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	14.10 Auto, motor, sport Vendég: Debreczeni Dávid	14.10 Hangvilla Fehérvári délután: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	14.10 Az orvos válaszol Fehérvári délután: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	14.10 Kertészeti magazin Vendég: Németh László
15.10 Hűha! – Technológia és tudomány érthetően Vendég: Theisz György	14.10 Zeneturmix Műsorvezető: Kiss György	15.10 Pénzügyi percek Vendég: Potolák Gábor	15.00 Fehérvári délután: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	15.00 Fehérvári délután: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	15.00 Fehérvári délután: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán	15.00 Fehérvári délután: napi aktualitások szórakoztató formában, helyi szakértők, szakemberek részvételével Műsorvezető: Bokányi Zoltán
16.00 Informatikai retro Vendég: Simon Nándor	14.10 Zeneturmix Műsorvezető: Kiss György	17.10 Fehérvári beszélgetések Műsorvezető: Galántai Zsuzsi	15.10 Útravaló	15.10 Útravaló	15.10 Útravaló	15.10 Útravaló
17.00 Filmkocskák Vendég: Kalmár Adam és Pál Loránd	15.00 A táncdalfesztiváloktól napjainkig Vendég: Kiss György	18.00 Fehérvári beszélgetések Műsorvezető: Galántai Zsuzsi	16.10 Vörösmarty kocka Vendég: Gombaszögi Attila	16.10 Szüzenir Vendég: Grósz Pálma	16.10 KRESZ-percek Vendég: Abraham Csaba	16.10 Útravaló
18.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Galántai Zsuzsi	15.00 A táncdalfesztiváloktól napjainkig Vendég: Kiss György	18.00 Fehérvári beszélgetések Műsorvezető: Galántai Zsuzsi	17.10 Játszóter Vendég: Toldi Veronika	18.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Galántai Zsuzsi	17.10 Tarsoly Péter	17.10 Női vonalak
19.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Sasvári Csilla	16.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Gemeiner Lajos	19.00 Fehérvári beszélgetések Műsorvezető: Galántai Zsuzsi	18.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Galántai Zsuzsi	19.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Sasvári Csilla	18.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Gemeiner Lajos	18.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Gemeiner Lajos
20.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Gemeiner Lajos	19.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Gemeiner Lajos	20.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Gemeiner Lajos	19.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Gemeiner Lajos	20.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Gemeiner Lajos	19.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Gemeiner Lajos	19.00 Fehérvári beszélgetések Szerkesztő: Gemeiner Lajos

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk. Elérhetőségek: Szerkesztő: Stúdió 22 311 511, Szerkesztőség: 22 516 111. SMS és Viber: 30 300 8000, facebook.com/vorosmartyradio.