



TÖRÖKBÁLINTI VÁROSI ÚJSÁG

TÖRÖKBÁLINT VÁROS
ÖNKORMÁNYZATÁNAK
HIVATALOS LAPJA

megjelenik havonta • ingyenes • II. évfolyam 10. szám • 2026. október



Erdei rozsdaovezet Törökbálinton

4. oldal



Akiknek Pistály egy zöld oázis

Carrick Orsolya a Mandala Oktatókert alapítója, sokoldalú személyiség. Kertjükben mindent maguk építettek: a természet kincseit ugyanolyan szépen gondozzák, amilyen műgonddal a szaletlét, a kültéri kemencét, a raklapbútorokat vagy a baromfiólat építették.

8. oldal



Újjáéledt a szecesszió kora

Mi történik, ha a helytörténetet nem vitrinbe tesszük, hanem visszaengedjük az utcára? Ha nemcsak írunk a századfordulóról, hanem megszólaltatjuk a gramofont, felülünk a velocipédre, korhű kosztümökbe bújunk, kipróbáljuk a kor mozdulatait és szecessziós formáit.

17. oldal



Csodálatos csodabogár

Ha Chris Belluzzi nevét nem is, derűs, sugárzó személyét biztosan sokan ismerik már. A Flowpoint civil egyesület alapítója és epicentruma, angoltanár, két kislíú szerető édesapja. Nyolcadik éve él a városban, New Yorkból utazott idáig, hogy élete valódi mozgatórugóit megtalálja.

18. oldal

Október 18-án harmincadik alkalommal

Jön a jubileumi Kerekdomb Futás!

Különleges alkalom a Kerekdomb Futás minden októberben. Ezen a vasárnap reggelen az utcák futókkal, szurkolókkal, gyerekekkel, önkéntesekkel, barátokkal – és persze egy kis lihegéssel is megtelnek. Ilyenkor van a Kerekdomb Futás. A Törökbálinti Kerekdomb Egyesület 30. alkalommal rendezi meg a város egyik legrégebbi és legkedveltebb tömegsportrendezvényét – mondta el Fernengel András, a Kerekdomb vezetője.

Három évtizeddel ezelőtt négy barát gondolta úgy, hogy jó lenne egy olyan futóversenyt szervezni Törökbálinton, amelyen bárki indulhat. Az alapötlet az évek során nem sokat változott. Idén októberben ismét benépesülnek a futás útvonalai, előkerülnek a rajtszámok, és az önkéntesek is elfoglalják a helyüket. A Kerekdomb egyik erőssége éppen az, hogy nem csak a gyakorlott futóknak szól. Gyerekek, fiatalok, felnőttek és idősebbek egyaránt indulnak, mindenki a saját tempójában teljesítheti a távot.

Hagyomány alakult ki

A harminc év alatt néhány hagyomány is kialakult. Ilyen például a fődíj, amely immár három évtizede egy kerékpár. A díj beszerzésében hosszú ideje a TuttoBici segíti a szervezőket. Valamint a Kerekdomb Egyesület tagjai és az önkéntesek évről évre részt vesznek az előkészítésben és a lebonyolításban. A szervezők ezúton is köszö-



nik a TuttoBici és az Auchan támogatását, valamint Törökbálint Város Önkormányzatának és a Munkácsy Mihály Művelődési Háznak a közreműködését. A Kerekdombnak van egy másik, évek óta visszatérő versenye is. Az iskolák között minden alkalommal megy a küzdelem azért, hogy melyik intézmény tudja a legtöbb diákot elindítani. A vándorkupa több mint öt éve a Zimándy Ignác Általános Iskolánál van, mert rendre ők mozgósították a legtöbb tanulót.

Több millió lépés

Idén azonban jubileumi Kerekdomb következik, ezért akár a kupa sorsa is megváltozhat. A Bálint Márton Általános Iskola és Gimnázium diákjainak most lehetőségük van arra, hogy összefogjanak, és megpróbálják elhódítani a vándorserleget. Ehhez nem kell más, mint hogy minél többen nevezzenek és álljanak rajthoz. Harminc év alatt több ezer ember fordult meg a Kerekdomb Futáson. Van, aki gyerekként kezdte, és ma már a saját gyermekét hozza magával. Mások időközben már nem futnak, hanem segítőként vesznek részt a rendezvényen. Közben minden évben vannak új indulók is.

Save the date!

A 30. Kerekdomb Futás október 18-án lesz. A szervezők várják a visszatérőket és azokat is, akik eddig még nem próbálták ki a versenyt. Aki pedig futni nem szeretne, szurkolóként is csatlakozhat. Három évtized után a Kerekdomb Futás továbbra is a törökbálinti őszi egyik biztos programja. Idén ráadásul nemcsak egy újabb verseny következik, hanem egy szép évforduló is.

■ PÁVLI CZ ANNA

TÖRÖKBÁLINTI VÁROSI ÚJSÁG

Kiadó: Törökbálint Város Önkormányzatának Polgármesteri Hivatala

■ Főszerkesztő: Beszterczey Judit

■ Tervezőszerkesztő: Szabó Dávid

■ Korrektor: Jónás Sándor

■ Fotó: Mong Judit

■ Nyomtatja: Korrekt Nyomdaipari Kft., 1106 Bp., Fehér út 10./62. ép.

Felelős vezető: Bató Sándor

■ Szerkesztőség: +36 70 946 2716;

szerkesztoseg@torokbalint.hu

■ Print ISSN 3094-1105

■ Megjelenik 5250 példányban

■ Beküldött kéziratokat nem őrünk meg és nem küldünk vissza. Közlés esetén fenntartjuk a szerkesztés jogát!

■ A megjelent hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk.

torokbalint.hu, facebook.com/torokbalintcouncil

torokbalintcouncil

TARTALOM

MOZAIK • Jön a jubileumi Kerekdomb Futás!	2
FÓKUSZ • Törökbálint Magyarország harmadik legfejlettebb kisvárosa	3
AKTUÁLIS • Sikoltanak-e a törökbálinti fák?	4
KATEDRA • Víz, ivókút és kulacs	6
FEJLESZTÉS • Kész az első kutya-futtatónk	7
NATÚRA • „Nekünk Pistály Törökbálint zöld oázisa”	8
KÖZTÉR • Több mint rendrakás	9
VÁROSUNK • Mi is Törökbálintiak vagyunk	10
KATEDRA • „A bölcsőde nem gyermekmegőrző”	11
KULTÚRA • Flamand táj alföldi macskával	12
BÁLINTI MŰSOR • A Munkácsy Mihály Művelődési Ház műsorfüzete	13
HELYI ÉRTÉK • Beköltöztünk a szecesszió korába	17
PORTRÉ • We have to talk about Chris	18
PORTRÉ • „A transzplantáció számomra maga a csoda”	20
BÁLINTI HISTÓRIÁK • „A budaörsi-törökbálinti csata”	22
SPORT • A mozgás a saját tempódban kezdődik	24
SPORT • Eredményes időszak, új kihívások	26

Marek Bertram, az Egyensúly Intézet elemzője az eredményekről

Törökbálint Magyarország harmadik legfejlettebb kisvárosa

Az Egyensúly Intézet településindexe szerint az 5-15 ezer lakosú magyar települések között Törökbálint a harmadik legfejlettebb Balatonfüred és Tiszaújváros mögött. A sorrend kialakításakor több mint 360 ezer statisztikai adatot és 53 különböző mutatót vizsgáltak. Az Egyensúly Intézet kutatója, Marek Bertram nyilatkozott az ideai szempontokról.

– 2026-ban Balatonfüred és Tiszaújváros előzte meg Törökbálintot a fejlettségi indexben. Jól gondoljuk, hogy Balatonfürednél a turizmus, Tiszaújvárosnál pedig az ipari beruházások és az ingatlanpiac játszanak ebben meghatározó szerepet?

– Balatonfüred esetében nagyrészt igen. A legnagyobb különbségek a turizmusban – például a vendégéjszakák és a vendéglátóhelyek számában –, a kulturális életben, valamint az önkormányzat alapszolgáltatásokon túli költségeiben vannak. Tiszaújváros esetében azonban más a helyzet. A két település között mindössze 0,29 indexpont a különbség. Tiszaújváros erősebb a közművek területén: a lakások száz százaléka csatlakozik a vízhálózathoz és a közcsatornához, míg Törökbálinton ezek az arányok alacsonyabbak. Törökbálint viszont a lakásárak, a lakásépítés, a diplomások aránya és a nagyvárosi elérhetőség tekintetében előrébb tart.

– Mit mér valójában a Településindex? Az élhetőséget vagy a fejlettséget?

– A Településindex azt vizsgálja, hogy a legfrissebb rendelkezésre álló adatok

alapján aktuálisan milyen fejlettségi szinten van egy település, emellett pedig azt is, hogy 2014 óta mennyit fejlődött. Törökbálint a fejlettség tekintetében a harmadik, a fejlődés dinamikáját tekintve pedig a hatodik helyen áll saját kategóriájában. A kutatás 53 mutatóra és több mint 360 ezer nyilvánosan elérhető statisztikai adatra épül.



A gazdasági, társadalmi és demográfiai helyzet mellett vizsgáljuk az infrastruktúrát, a szolgáltatásokat, a lakáspiacot, a közbiztonságot, valamint a kultúrát és a turizmust is.

– Mennyiben járul hozzá Törökbálint harmadik helyéhez az ingatlanpiac és a helyi infrastruktúra?

– A két terület éppen ellentétes irányba hat. Az ingatlanpiac az egyik legfontosabb húzóerő. Törökbálinton a négyzetméterár 2014 óta 256 ezerről 910 ezer forintra emelkedett, ezzel a telepü-



Marek Bertram

lés a negyedik a 184 települést tartalmazó kategóriájában. A lakásépítésben szintén negyedik. Ugyanakkor az alapvető közmuínfrastruktúra már kevésbé kedvező képet mutat: a közcsatornára kötött lakások aránya 74 százalék, az ivóvízhálózatra csatlakozottaké pedig 72 százalék.

– A társadalmi és gazdasági mutatókban milyen változásokat látunk?

– Több területen is jelentős előrelépés történt. A diplomások aránya 22,6 százalékról 28,4 százalékra nőtt, amivel Törökbálint a kategóriájában a kilencedik helyen áll. Az egy lakosra jutó, szja-alapot képező jövedelem 1,18 milliőről 3,59 millió forintra emelkedett. Ez nominálisan 204 százalékos növekedés, amelyet természetesen az időszak inflációja jelentősen mérsékel, ha reálértéken vizsgáljuk. Az egy főre jutó iparüzési adó 117 ezerből 213 ezer forintra nőtt, ami 82 százalékos emelkedés.

– Mi lehet a következő évek legfontosabb feladata annak érdekében, hogy városunk megőrizze kedvező pozícióját?

– Két tényezőt emelnék ki. Egyrészt azt, hogy a közművek és a helyi szolgáltatások fejlesztése képes legyen követni a népességnövekedést. Másrészt fontos a település mérethatára. Törökbálint 14 517 lakosával már közel van a 15 ezres határhoz. Ha ezt átlépi, a városok kategóriájában méri majd. Ez azért érdekes, mert ugyanazzal a jelenlegi fejlettségi szinttel ott már a 66 települést tartalmazó mezőny 19. helyén állna.



A napelemes rendszerek telepítése hozzájárul a modernizációhoz

Sikoltanak-e a törökbálinti fák?

Hónapok óta úgy vártuk az esőt mint valami megváltást. Az esőt, ami eláztatja a földet, megillatosítja az erdőt, tápanyagot adva a növényeknek, életet adva az élőlényeknek – nekünk. Valaha Törökbálint híres volt a jó levegőjéről, köszönhetően a települést körülvevő összefüggő zöld növényzetnek. Az erdő mostanra láthatóan szenved. Zörögnek a száraz levelek, melyek nem termelnek többé oxigént. Az a hely, ahol pár éve még feltöltő, megnyugtató érzés volt sétálni, mostanra nyomasztóvá vált. A fák egy része csontvázként meredezik a száraz talajból az ég felé, mutatva, hogy van egy nagyobb úr a földön az embernél.

Rozsdaövezet az erdőben

Peter Wohlleben, német erdész világhírű könyvében (A fák titkos élete) arról ír, hogy

„a fák az emberi fül számára nem hallható, ultrahangos tartományba eső hangokat, halk pattogásokat adnak ki, különösen akkor, amikor vízhiánnyal vagy szárazsággal küzdenek.

A Törökbálintot körülölelő erdők ettől a pattogástól (ultra)hangosak. Egy széles erdősáv már augusztus végére megbarnult, ilyet korábban nem tapasztaltunk. Miközben figyelmünket lekötötték az épített környezet megváltoztatására tett kísérletek, a mindaddig zöld domboldalon szép csendben kialakult egy száraz fákból álló „rozsdaövezet”.

Mi történik az aszályban a fákkal?

Az idei nyár rendkívül aszályos volt. Magyarországon 400-500 milliméter a csapadék éves átlaga, aszály során ez az éves át-

lag hatvan százalékra csökken. Ez a növényzetet rendkívül megterhelte.

Amikor erőforrást vonnak meg a fától, egy védekezési mechanizmus indul be. A fa bezárja a gázcsere nyílásait, próbál kevesebbet párologtatni, nem fotoszintetizál, nem fejlődik, eldobja a leveleit. Ez rövidebb aszályoknál nem viszafordíthatatlan folyamat. A fa ilyenkor a teljes lombozatát eldobhatja, hogy a szárazság a gyökereit ne károsítsa.

„A fák különbözőképpen reagálnak a szélsőséges körülményekre. Azok, amik nyáron teljesen száraznak tűnnek, őszszel még hozhatnak leveleket, vagy ha nem, akkor tavasszal mégis kihajthatnak.

Ezért sem szabad sietni a kivágással. Az öreg fának nagy értéke van, a pótlása egy fiatallal a természet szempontjából nem egyenértékű.

A fák oxigént termelnek, párologtatnak, árnyékot adnak, hűtenek és élőhelyet

biztosítanak más élőlények számára. A víz áramlása a fában egy összefüggő vízoszlop eredményez, úgy viselkedik, ahogy az emberi szervezet ereiben áramló vér. Ennek következtében, egy fa is elszenvedhet „embóliát”, amikor légbuborékok keletkeznek a vízszállító edényekben. A nagy számú és méretű buborékoktól elzáródhatnak a szállítóedények, és ez olyan károsodást okozhat, hogy elszárad a fa.

Mit tehetünk, hogy segítsünk a fáknak?

Elsősorban hagyni kellene a természetet, hogy tegye a dolgát. A fa ősszel ledobott leveleit hagyjuk egy évig a fa törzse körül, ezzel trágyát, termőréteget biztosítunk a fának, valamint élőhelyet más hasznos élőlényeknek a kertben.

Az öntözés csak a felső tíz-húsz centit tudja eláztatni, azoknak a fáknak, amelyek 30-100 cm között veszik fel a vizet, nem sokat ér a felszíni locsolás.

Nem az az elsődleges, hogy felülről locsoljuk a talajt, inkább az, hogy a talaj felső rétegének nedvességtartalmát próbáljuk megőrizni.

Erre a takarás, a mulcsozás a legjobb módszer, és az, hogy hagyjuk a faleveleket a fa körül. Így kevésbé lesz tömörödött a talaj, könnyebben elvezeti a nedvességet a lazább szerkezetű talaj. Ha van medencénk, annak a vizét is fel lehet használni locsolásra, amikor már nem használjuk, szétterítve a kertben.

Minden egyes öreg fa értékes, ezért nagy hiba, ha kivágjuk, csak azért, mert eltakarja előlünk a kilátást, vagy a leveleit össze kell söpörni az udvaron és ez túl nagy fáradsággal jár.

Fordítsunk gondot a vízgyűjtésre, vízmegtartásra is. Hazánkban a csapadék megoszlása nem egyenletes, ezért bekövetkezhet, hogy évente néhányszor hirtelen, áradásszerűen zúdul ránk. Ilyenkor a víz nem tud leszivárogni a talajba, mert a nagy vízmennyiség iszapossá teszi a felszínt, eltömítve a felső réteget.



Ez nem az őszi vörös lombkorona, hanem kiszáradtak a fák



A Nádas-tó algásodása is a tartós hőség és a túl sok napfény következménye



Ezért fontos a hirtelen érkezett, nagy mennyiségű víz tárolása. Egy 10 köbméteres esővízgyűjtő tartály nagyon jó befektetés, az aszályos időkben ebből öntözhetünk.

A földbe süllyesztve, vagy akár a terasz alá beépítve nem csúfítja el a kertet. Szivattyút, csöpögtető rendszert lehet rácsatlakoztatni, de az esővizet szakszerű tisztítás után fel lehet használni mosásra, fürdésre is.

A fák is társas lények, még kertvárosban is

Kertvárosi környezetben az embereknek vannak elvárásai, van egy elképzelésük a rendezett közteterekről, szép kertről. Hajlamosak vagyunk arra, hogy a növényeket magunk körül csak a mi egyéni szempontjaink szerint ítéljük meg, létük felől csak emberi szempontok alapján döntünk. Pedig milyen hasznos lenne megfigyelnünk a növényeket, mi érzi jól magát a kertünkben a megváltozott időjárási körülmények között, nem ragaszkodni a saját elképzeléseinkhez, vagy divatokat követni. Ha egy bizonyos faj fenntartása már rengeteg energiát igényel, nem feltétlen éri meg a fenntartása, érdemes lehet melegtűrőbb, szárazságtűrőbb növényeket telepíteni. És ne feledkezzünk meg arról sem, hogy ahogy mi emberek is egy

közösségben élünk, úgy a növények is közösségben érzik jól magukat! Ahogyan kedvezőtlenül hat az emberre a magány, úgy a növények, fák életminősége is nagyban függ attól, milyen környezetben vannak, milyen növénytársulások veszik körül őket, hiszen egymás támogatásában, hasznos szimbiózisban élnek ők is. Ha kiemelünk egy fát a közösségből, megbontjuk a rendszert, akkor a mellette lévő fára több jut a környezeti terhekből (nap sugárzás, szél stb.) kevésbé lesz ellenálló a csoport egésze, így dominóelvszerűen hat a többi fára is a hirtelen változás. Embereként is egységben vagyunk erősek, a fák erre is emlékeztetnek minket.

Mit tehetünk magunkért?

Világviszonylatban a jóléti társadalom felső szintjén élünk itt Törökbálinton, akkor is, ha nincs a kertünkben medence. Ma már ezt elsősorban abból vesszük észre, hogy zöld környezetben élhetünk. Legyünk hálásak ezért! Becsüljük meg a fákat!



Valódi csoda, hogy egy öt hónapig éhező körtefa, csodálatos lédús, ízletes körtét terem!

A természet öngyógyító, megújuló képességéből mi is reményt meríthetünk. Ha hagyjuk, a természet bámulatos módon tudja megújítani önmagát. De ez a békén hagyás egyáltalán nem magától értetődő, küzdeni kell érte. Ahogy Jane Goodall írta: „A reményt gyakran félreértik. Sokan azt hiszik, hogy csupán passzív vágyakozás: »Remélem, hogy valami megtörténik, de nem teszek semmit érte.« A valódi remény azonban tettvágyat igényel; azt, hogy feltúrjuk az ingujunkat, és hozzájáruljunk a változáshoz.”

Úgy tűnik, nehezen tudjuk megérteni a saját helyzetünket és még nem vagyunk képesek alkalmazkodni a megváltozott környezeti körülményekhez. Ehhez gondolkodásunk, szemléletünk gyökeres átalakítására van szükség.

■ STÁNICZ KATALIN

A CIKK MEGÍRÁSÁBAN NYÚJTOTT SEGÍTSÉGÜKÉRT KÖSZÖNET HOLLÓ ZSUZSANNÁNAK, TÖRÖKBÁLINT FŐKERTÉSZÉNEK ÉS SAMU VINCÉNEK.

BESZÉLJÜNK RÓLA! A törökbálinti Volf György Könyvtárban októbertől havi rendszerességgel beszélgetéssorozat indul Környezetünk és a környezet védelme témakörben Holló Zsuzsanna főkertész részvételével, és meghívott előadókkal. A bevezető előadás után kötetlen baráti hangulatú beszélgetésre várjuk a kedves érdeklődőket. Első alkalmunk október 19-én, hétfőn 18 órától lesz, ennek témája: „Alkalmazkodás” (éghajlati változások, kiskertek művelése, fermentálás, téli eltevések). Meghívott vendégek: Carrick Orsolya, Nagy Péter.

Egy ötlet, ami megtöltötte az iskolákat

Víz, ivókút és kulacs

Minden egy ötlettel kezdődött. Egy olyan ötlettel, amely néhány törökbálinti diaktól indult, és talán ők maguk sem gondolták, hogy egyszer majd az egész város iskoláiban ott lesz a nyoma.



Szöke Péter polgármester is kipróbálta az ivókutat

A Zimándy Ignác Általános Iskola diákjai egy kreatív videóval neveztek egy pályázatra. A fődíj egy korszerű ivókút volt. A gyerekek beletették az energiájukat, a lelkesedésüket és a saját elképzeléseiket – végül azonban nem ők nyerték meg a pályázatot.

Egy történet akár itt véget is érhetett volna. Csakhogy az ötlet ennél többet érdemelt.

A kezdeményezés megmutatta, hogy a gyerekekben mennyi jó gondolat, környezettudatosság és tenni akarás van. Így született meg a döntés: ha egy ivókút jó ötlet, akkor ne csak egy iskolában legyen belőle. Legyen mindenhol.

A víz világnapja alkalmából ebben a tanévben a Zimándy Ignác Általános Iskolában, valamint a Bálint Márton Általános Iskola és Gimnázium mindkét épületében modern, szűrőrendszerrel ellátott ivókutak készültek. Olyanok, amelyekből a gyerekek friss, szűrt vizet ihatnak, és megtölthetik saját kulacsukat is.

Ezzel pedig megszületett egy új szokás lehetősége: nem palackot veszünk, hanem megtöljtük a sajátunkat.

A nyár sem telt el azonban munka nélkül. Mielőtt a gyerekek szeptemberben visszatértek volna az iskolákba, az

tárgy, amely mögött ott van egy nagyobb gondolat: a víz legyen kéznél, a kulacs legyen újra és újra használható, a gyerekek pedig már egészen kicsi kortól tapasztalják meg, hogy a fenntarthatóság a mindennapi döntéseinkben kezdődik.

Reméljük, hogy a mostani kulacsok is sok kisgyermek mindennapjainak részévé válnak. És talán hamarosan már senkinek sem tűnik fel, milyen különleges látvány: fehér, zöld és kék kulacsok sorakoznak az ivókutaknál, a gyerekek pedig újra és újra megtöltik őket.



Egy diákok által megfogalmazott gondolatból városi összefogás született, abból pedig olyan szokás, amely hosszú távon is velünk maradhat.

Köszönet a Zimándy diákjainak, hogy elindították ezt a történetet, a pedagógusoknak és a szülőknek a támogatásért és a visszajelzésekért, valamint a Törökbálint Sportközpont Cseh László Uszoda szakembereinek az ivókutak kiépítésében végzett precíz munkáért.

Egy ötletből ivókút lett. Az ivókútból kulacs. A kulacsból pedig reméljük, egy új, tudatosabb mindennapi szokás.

■ PÁVLICZ ANNA



Szűrt víz kerül a kulacsokba

Kész az első kutya-futtatónk!

Átadták a város legelső kutya-futtatóját. Törökbálint modern kutya-futtatója egy pilot program keretében, a Diósdí útról nyíló földút mentén kapott helyet, egy körülbelül 1000 négyzetméteres területen. A kutya-futtatót egy 1,7 méter magas kerítésrendszer fogja körbe. A tervek szerint az autóval érkező kutyásoknak egy 8 férőhelyes, murvás parkolót hoznak létre. A részletekről Spiesz András alpolgármester tájékoztatót.

A Diósdí úti kutya-futtatót a napokban adták át. A modern futtatóról tudható, hogy az alapvető infrastruktúra kiépítését követően a terület izgalmas ügyességi eszközökkel is bővíteni fog, amelyek a kutyusok mozgásigényének és ügyességének fejlesztését szolgálják. „A pályára az alábbi játékokat telepítjük: szlalom, ugróakadály, ugrató/átbújó karika, alagút, libikóka és alacsony palló” – közölte Spiesz András. Az alpolgármester hangsúlyozta,

hogy a futtató kialakításakor az önkormányzat a környéken élő kutyatartók, illetve kutyatrénerek tapasztalatait is figyelembe vette. Ennek alapján olyan eszközöket választottak a szakértők, amelyek a kutyák mozgását, játékát és ügyességét egyaránt szolgálják. A területre várhatóan két, de akár három napelemes lámpa is



készülhet, így a kutyatulajdonosok a sötétebb esti órákban és a téli időszakban is használhatják majd a futtatót. A már elkészült munkák jelentős részét a városgondnokság munkatársai végezték, a kerítés kialakításától a tartóelemek telepítéséig.

„A kutya-futtató megnyitásával párhuzamosan az önkormányzat a felelős állattartás szabályainak betartására is nagyobb figyelmet szeretne fordítani.

Az elmúlt időszakban több lakossági jelzés érkezett amiatt, hogy egyes területeken, például a Nádas-tó környékén és a Szérűskertben poráz nélkül sétáltatják a kutyákat. A szabályok egyértelműek: közterületen a kutyákat porázon kell vezetni. Mi nem szigorítani akarunk, hiszen mi is kutyatartók és kutyabarátok vagyunk. Azonban a szabályokat pontosan be kell tartani” – hangsúlyozta az alpolgármester. Spiesz András elmondta, az önkormányzat egyeztetést kezdeményez a polgármesterrel, az érintett képviselőkkel, a hatósági osztállyal és a közterület-felügyelettel a törökbálinti kutyatartás helyzetéről. Az új kutya-futtató így nemcsak egy új közösségi tér lehet, hanem hozzájárulhat ahhoz is, hogy a kutyatartók és a település többi lakója békésebben használhassa a közterületeket.

LÁTVÁNYTERV



Napvitorlák árnyékolnak, amíg megnőnek a fák

■ BJ

A téglagyári terület szabályozása visszakerült az önkormányzathoz

A Magyar Közlöny 2026. évi 122. számában megjelent a 140/2026. (IX. 1.) kormányrendelet az egyes projektek kiemelt beruházással és a kiemelt beruházással összefüggő közigazgatási hatósági ügyek kiemelt jelentőségű üggyé nyilvánításának hatályaon kívül helyezéséről.

Ez a rendelet módosította a rozsdáövezeti akcióterületek kijelöléséről és egyes akcióterületeken megvalósuló beruházásokra irányadó sajátos követelményekről szóló 619/2021. (XI. 8.) Korm. rendeletet.

A volt törökbálinti téglagyár területét utóbbi rendelet 1. melléklet 34. sorából, a

kiemelt beruházások közül törölték, ez az 1/A melléklet új 26. sorába került át, így az azonnali rozsdáövezeti akcióterületté történt kijelölés nem változott.

A kiemelt beruházás státuszának megszűnése azt jelenti, hogy a téglagyári terület szabályozása visszakerült az önkor-



Már nem kiemelt beruházás

mányzathoz. Megválaszolandó kérdés, hogy az önkormányzati szabályozást az azonnali rozsdáövezeti akcióterületté kijelölés mennyiben befolyásolja.

■ TBVÜ

„Nekünk Pistály Törökbálint zöld oázisa”

Carrick Orsolya a Mandala Oktatókert alapítója, egy nyelviskola tulajdonosa, sokoldalú személyiség. Felnőtt lányai frissen repültek ki a családi fészekből, férjével mindketten ismerik a külföldi létet, sok jó példát hoztak más társadalmak gyakorlataiból, mire megérkeztek jelenlegi élethelyzetükbe. Kertjükben mindent maguk építettek: a természet kincseit ugyanolyan szépen gondozzák, amilyen műgonddal a szaletlit, a kültéri kemencét, a raklapbútorokat vagy a baromfiólat építették. Bár eredeti céljuk ettől eltért, mára gyakorlatilag egy kis oktatóközpontot üzemeltetnek, ahová vidékről vagy akár Budapest minden kerületéből érkeznek iskolások – nem beszélve a tengerentúli vendéghallgatóikról.



Carrick Orsolya

– **Hogyan jött az ötlet, hogy éppen Pistályban hozzák létre a Mandala Oktatókertet, ahol a klímaváltozás hatására még tapasztalt földművelők is kénytelenek voltak feladni családjaik egykori hivatását?**

– Nekünk Pistály Törökbálint zöld oázisa. Aki nem bánja a földutat és az eklektikus környezetet, annak igazi kincs: gyümölcsfák, őshonos virágok, csend és nyugalom. Ez vonzott minket; közben a kert-

tették el az ételeiket. Amit lehet, magunk építünk meg vagy készítünk el. Jólesik kint lenni, figyelni a kertet, és a terményeit felhasználni. Sajtot készítünk, fermentálunk, kombuchát érlelünk – mindig történik valami.

– **Évtizedek óta oktat, nyelviskolája van, most pedig szó szerint a világ minden tájáról érkeznek önökhöz gyakorlatra egyetemisták, fiatalok. Hogyan él meg mindezt?**

rik a biológiai sokszínűséget, a kert körüli munkákat, növényeket, állatokat. **Hogyan kell ezt elképzelni?**

– Tizenöt éve foglalkozom iskolán kívüli, projektalapú oktatással.



A Mandalában nemcsak beszélünk a növényekről és állatokról: együtt gondozzuk a kertet, megfigyelünk, kérdezzünk, kipróbálunk dolgokat.



Sajtot készítünk, fermentálunk, kombuchát érlelünk

ben mi is tapasztaljuk a kiszámíthatatlan időjárás nehézségeit.

– **Az udvar úgy néz ki, mint egy mesekert: a ház, a baromfiudvar, a mandala alakzatban kialakított magaságrendszer... ha valaki először jár itt, úgy érzi magát, mintha kiszakadna a valóságból. Ezt hogyan teremtették meg?**

– Igyekszünk visszanyúlni ahhoz az életformához, amikor az emberek maguk természetették az alapanyagokat, és készí-

– A férjemmel mindketten sokáig élünk külföldön, itthon pedig évek óta veszünk részt Erasmus-programokban. Jó érzés megismertetni a látogatókat a magyar hagyományokkal és ételekkel. Néha azért mi is meglepődünk, milyen megszűröl jönnek: rendszeresen érkeznek hozzánk a Karib-térségből is.

– **Missziója, hogy a fiatalabb korosztály is részesüljön olyan élményalapú oktatásban, amely keretében megisme-**

Mi sem tudunk mindent; sokszor együtt jövünk rá a válaszokra. A kerti munkába bárki bekapcsolódhat. Közben jól érezzük magunkat, és egy jó közösség is épül.

– **Egy kihívásokkal teli évet élünk, olyan aszályos nyárral, amit korábban el sem tudtunk képzelni. Mit kellett más-hogy tenni idén a kertben, mit tanultak belőle, és hogyan tanítanak ezután?**

– A permakultúrák szemléletéből kiindulva a kert adottságaihoz illő növényeket választunk, és jobban gazdálkodunk a vízzel. Kísérletezünk talajtakarással, árnyékolással és talajjavítással. A hozzánk látogatóknak elmondjuk, mit próbálunk, mi működik, és mit kell még megtanulnunk.

– **A következő szezonra hogyan készülnek fel kertművelőként itt, az agglomerációban?**

– Érdemes megfigyelni, hol szárad ki gyorsan a talaj, hol gyűlik össze a víz, és mely növények bírják jól a nyarat. Mi is ezek alapján készülünk: javítjuk a talajt, takarjuk a felszínét, és szárazságtűrőbb növényeket választunk.

Bemutatik a városgondnokság új vezetője

Több mint rendrakás

Pápai Flórián a városgondnokság új igazgatója. E kihívásokkal teli nyáron kezdte meg szolgálatát. Első tapasztalatairól, kitűzött céljairól és arról beszélt, hogy hogyan működnének együtt a törökbálinti polgárokkal.

– Új a városgondnokság élén, de nem új Törökbálinton. Mit jelent Ön számára ez a jellegű, új típusú szolgálat?

– 2022-ben költöttünk Törökbálintra a családommal, így túl régi sem vagyok. Jellemző rám, hogy az aktuális közösségben keresem a kapcsolódást, aminek

sokkal szembetűnőbb problémát eredményezve.

– Azt mondta, a rend és tisztaság pártján áll, miközben új célokat is kitűzött az intézmény elé. Hogyan birkóznak meg ezzel a kettős felelősségvállalással?



Pápai Flórián: új elvárási szintnek kell megfelelni

eredményeképp a közügyekben valahogy mindig tevékeny szerepbe kerülök. Az új megbízatásommal egyenesen a napi események örvényébe érkeztem.

– Nehéz, aszályos, kihívásokkal teli év nyarán érkezett ebbe a pozícióba. Sok volt idén az elégedetlen hang Törökbálinton a városgondnoki feladatok ellátására. Mit mondana erre?

– A jelzéseket komolyan veszem, van min javítanunk. A kollégák napi küzdelmei jól illusztrálták azt, ahogy az egész zöld ágazat megtorpan, mondhatni megrettent a kialakult körülmények miatt. Például a fiatal fák locsolással történő megmentése egy rendkívül intenzív, de nem látványos beavatkozásként zajlott. Az országosan hirdetett kaszálatlan május jó ötletnek tűnt, de végül az elhúzódó aszályban a magas gyepek is kiszáradt

– Nem egyszerűen a jelenlegi működést kell javítani, hanem egy teljesen új elvárási szintre kell felfejleszteni a városgondnokságot. A városvezetés számos, eddig kiszorított feladat visszaszervezését és központosítását tűzte ki célul. Kaszálasból díszkertészeti feladatokhoz, hagyományos intézményi gondnokságból mérnöki szintű létesítményüzemeltetéshez, klasszikus menzából szabadszedéshoz, edukációs étkeztetéshez kell felnőni.

Ez nem egyszerű rendrakás, a szervezetet kell teljesen átalakítani és a kompetenciáinkat kialakítani.

– Milyen elképzelései vannak Törökbálinton a közterületek és a közparkok ápolására?

– A nyári aszályhoz és forróságához muszáj alkalmazkodnunk. Területenként kell újragondolni a növényeket és a gondozás



módját. Szárazságtűrő, változatos növény-társításokban, talajtakarásban, vízmegtartásban kell gondolkodni. A meglévő faink megóvása különösen fontos. Az eddig bevált ütemterv szerinti gondozás dőlt meg teljesen ebben az évben, át kell térni az időjárásfigyelő, mozgó munkaszervezésre.

– Mit mondana azoknak, akik szeretnének hozzátenni egy bölcs városgondozáshoz mint felelős hobbikertész?



– Engem személyesen a csapadékhányag aggaszt a legjobban, a téli szezonban a vízmegtartás és tartalékolás formáit fejlesztem a ház körül.

Például van egy felhagyott szennyvíztározóm, amit tófoliával csapadékvíz-tározóvá tervezek alakítani. Természetesen ügyelve, hogy a szúnyogok egy kulcslyukon se tudjanak hozzáférni, mert tudjuk, hogy az hóvá vezet már egy vödör víz esetén is.

– Tavaly elkezdődött a lakosság felé a tavasszal levágott gallyak ágáprítása, segítve a törökbálintiak mulcsolását. Tervezik ennek a programnak a folytatását?

– Szeretnénk folytatni, jó iránynak tartom: az ágnyesedék így helyben hasznosulhat talajtakaróként, ugyancsak a vízmegtartást segítve. Emellett az önkormányzat ismét tervezi komposztáló keretek lakossági felajánlását.

– Milyen további terveik vannak a lakossággal való együttműködésre?

– Szomorú aktualitásként az illegális hulladéklerakás visszaszorítását említeném. A lakosság azzal tud hozzájárulni, ha egyrészt figyel és bejelenti a hatóságoknak a szennyező tevékenységet, másrészt ügyfélként alaposan utánanéz a kiszemelt hulladékszállító hátterének.

Köztünk élnek az Olajág Otthon szépkorú lakói

Mi is törökbálintiak vagyunk!

Amikor lakóink az Olajág Otthonok törökbálinti intézményét választották, nemcsak egy új otthonot, hanem egy új települést is választottak, így egy kisebb és egy nagyobb közösség részévé is váltak.

Évek óta jelen van az Olajág Otthon és a lakók a város életében. Jól példázza ezt az elmúlt néhány hét is. Részt vettek a Törökbálinti Mozgáskorlátozottak Egyesülete által – a Törökbálinti Önkormányzat támogatásával – szervezett Empátia napon a Munkácsy Mihály Művelődés Házban, és „ifjúsági csapatunk” ott gyalogolt a „Lépj Velünk Törökbálint!” rendezvényen is. „Hatalmas öröm ért bennünket, amikor megnyertük a közelmúltban a Törökbálint Legszebb Intézményi kertje elismerést, hiszen lakóink és dolgozóink keze munkáját mutathattuk meg. A Törökbálinti Nyugdíjas Klubbal és a Törökbálinti Mozgáskorlátozottak Egyesü-

letével régóta szoros a kapcsolatunk, mindig nagy öröm számunkra, ha részt vesznek a rendezvényeinken, vagy meghívást kapunk az általuk tartott eseményekre” – mesélte Szász Krisztina munkatárs.



Az intézményben több olyan program is van, amelyre várják a város szépkorú polgárait.

„Szenior Akadémiánk – egyetemi professorok előadásaival -, és Alzheimer Café és Mentál Műhelyünk minden hónapban megrendezésre kerül, ahol sok érdekes in-



formációval gazdagodhatnak a résztvevők. Zenés-táncos alkalmainkon és ismert előadók koncertjein is gyakran ropják a táncot a törökbálinti szeniorok, éljenek akár az otthon kapuin belül, vagy azokon kívül” – tájékoztatót a programigazgató.

Az Olajág Gyaloglóklub minden héten útra kel, hogy tovább vigye Monspart Sarmolta örökségét. A gyaloglások során megismerik városunk szépségeit, és a csatlakozókkal együtt tesznek fizikai egészségükért. „Csapatunk szívesen lát új szenior tagokat a jövőben is, akik friss levegőre, jó társaságra, mozgásra vágnak heti rendszerességgel.”

Az Olajág a törökbálinti Segítő Kéz Szolgálatával is együttműködik, hogy minél több alkalom hírét el tudják juttatni azokhoz, akik nem az otthonban élnek.

„Generációs programunk keretében számtalan közös programon vesznek részt a helyi óvodásokkal és iskolásokkal. Van, amikor mi hívjuk meg az ovisokat egy kis közös kézműveskedésre, van, hogy ők látanak vendégül bennünket egy közös reggeli-re, játékra, tornára. A helyi iskolások gyakran örvendeztetik meg a velünk élők különböző műsorokkal. Ezeket az élményeket minden résztvevő magával viszi. Hatalmas öröm, amikor egy-egy ovis az utcán összefutva megismeri lakónkat, vagy a közösen eltöltött időről mesélve szüleinek azt mondja, alig várja, hogy ismét az Olajág Otthonokba jöjjön” – mondta el Szász Krisztina.

Az Olajág Törökbálinti vérkeringésének részeként szívesen köt újabb ismeretségeket, barátságokat. Aki jobban meg akarja ismerni az életüket, szívesen látják, illetve a www.olajagotthonok.hu oldalon, vagy Facebook-, YouTube-, LinkedIn- és TikTok-felületükön is sok érdekességet olvashatnak.



Törökbálint Legszebb Intézményi kertje díjátadó



Kertészkedés jó hangulatban

Ábrahám Mária az Apró Léptek új vezetője

„A bölcsőde nem gyermekmegőrző”

Tősgyökeres törökbálinti, csecsemő- és gyermekápolóként kezdte a pályáját, majd tizenöt évvel ezelőtt a bölcsődei nevelés felé fordult. Két éve már az Apró Léptek Bölcsőde munkatársa, júliustól pedig az intézmény vezetője. Ábrahám Mária számára ez nem egyszerűen egy új munkakör: szülőként és szakemberként is pontosan tudja, mit jelent egy család életében az első közösség, ahová a kisgyermek bekerül.

– Törökbálint milyen szerepet játszik az életében?

– Nagyon fontosat. Tősgyökeres törökbálinti vagyok, a családom generációk óta itt él. Nincs is más felmenőm, csak török-

– Az Apró Léptek nem kis intézmény.

– Valóban, 104 férőhelyes bölcsőde, nyolc csoportszobával. Jelenleg harminc munkatársunk van, ebből tizennyolc kisgyermeknevelő. Egy csoportban általában

– Azt, hogy a bölcsőde a családi nevelést egészíti ki, nem helyettesíti azt. A szülő ismeri legjobban a gyermekét, mi pedig a szakmai tudásunkkal tudjuk segíteni őt. Az egyéni bánásmód kiemelten fontos számunkra. Emellett szeretnénk nyugodt, szeretetteljes légkört teremteni, ahol a gyermekek biztonságban érzik magukat.

– A természetesség és az önállóságra nevelés is fontos?

– Igen. Sok olyan elemet használunk, amely a Montessori-szemléletből is ismerős lehet, például az önállóságra nevelést, a természetes anyagok használatát. De nem nevezzük magunkat Montessori-bölcsődének, mert ennek komoly szakmai feltételei vannak. Inkább arra törekszünk, hogy a kollégáink folyamatosan képezzeék magukat, és egymástól is tanuljanak.

– A sajátos nevelési igényű, illetve neurodivergens gyermekek fogadására is nyitottak?

– Természetesen. Felvesszük ezeket a gyermekeket is, az ellátásuk azonban speciális szakmai támogatást igényelhet. Szeretnénk ezen a területen is együttműködéseket kialakítani szakemberekkel. Fontosnak tartom, hogy segítsük a gyermekeket az óvodaérettség felé, hiszen a bölcsőde sokuk számára az első közösség.

– Ha egyetlen mondatban kellene megfogalmaznia, milyen bölcsődét szeretne vezetni, mit mondana?

– Azt szeretném, hogy amikor egy szülő meghallja azt, hogy Apró Léptek Bölcsőde, három szó jusson eszébe: nyugalom, biztonság és szakmaiság.



Ábrahám Mária: nyugalom, biztonság, szakmaiság

bálinti. Ezért különösen jó érzés, hogy most egy helyi intézményt vezethetek, amely rengeteg törökbálinti család életének része.

– Mindig tudta, hogy gyerekekkel szeretne foglalkozni?

– Az biztos volt, hogy kisgyermekkel szeretnék dolgozni. Csecsemő- és gyermekápolóként végeztem, és először kórházban dolgoztam. Innen kerültem a bölcsődei világba, ahol immár tizenöt éve dolgozom. Amikor a kisebbik gyermekem bölcsődés lett, én is az Apró Léptekhez jöttem. 2024-ben kezdtem itt dolgozni, majd megpályáztam az intézményvezetői állást, és sikerült.

négy kisgyermeknevelő és egy dajka dolgozik. Számunkra nagyon fontos a személyi állandóság, hiszen egy kisgyermeknek óriási biztonságot ad, ha ismerős emberek veszik körül.

– Nagy a túljelentkezés?

– Igen, nagyon nagy az érdeklődés. Jelenleg körülbelül tíz-tizenkét szabad férőhelyünk van, ezekre már húsz-huszonöt jelentkező vár. Elsősorban törökbálinti, állandó lakóhellyel rendelkező családok jelentkezését várjuk. A bölcsődei férőhelyek iránti igény tehát jelenleg körülbelül kétszerese a rendelkezésre álló helyeknek.

– Mit tart a bölcsőde legfontosabb szakmai alapjának?

” Mert a bölcsőde nem egyszerű gyermekfelügyelet. Szakképzett kisgyermeknevelők végeznek itt komoly gondozó-nevelő munkát, miközben a családok mindennapjait is segítjük.

És szeretnénk közösséget is építeni. A bölcsőde nem kötelező, hanem a család döntése. Mi pedig azt szeretnénk, hogy aki minket választ, érezze: jó helyre hozta a gyermekét.

Süli István hetedik kötetének bemutatója

Flamand táj alföldi macskával



A házigazda Stánicz Katalin és Süli István író

Habár az anyagbeszerzők a könyvbemutatókat mindig is a lila dolgok közé sorolták, ezeken rengeteg praktikus dolgot lehet megtudni.

Süli István A posztózállító – flamand táj Vermeerrel című, immár hetedik kötetének prezentálásakor például feketén-fehéren kiderült, hogy a horror, a sci-fi és a pornó az, amit nálunk a vásárlók visznek, mint a cukrot. A kiadók ezek bevételeiből finanszírozzák a kevésbé populáris műfajok megjelenítését, például a verseket. A szerző, mivel maga is igyekszik lépést tartani a kor követelményeivel, e piaci törvényszerűségekre tekintettel volt. Noha inkább paródiaképpen. Olyanfajta játékosággal illesztette bele ezeket a szövegébe, mint aki úgy lesz kötelezően elegáns, hogy nyakkendőt köt a trikóhoz és a rövidnadrághoz.

Korrajzot jelentő szolgálati közlemény volt, hogy a számos klaszszikus festmény keletkezéstörténetét és leírását tartalmazó könyvecskeben az egyik legalaposabban elemzett műről készült fotót hiába keressük a városi könyvtárban. Jan van Eyck: Az Arnolfini házaspár című alkotása nemcsak az elmúlt századokban tűnt el egy-egy időre, de a németalföldiek itteni albumából is kiollózták avatott kezek.

A kötet tartalmához kapcsolódó hasznos információként említésre került, hogy az tud igazán művész lenni, akinek gazdag a

családja. Az el nem évülő alapigazságot már a XVII. századi flamand festőlegények is felismerték, azután ki-ki a maga módján járt el. A két főszereplő, a szinte gyerekkorú (15-16 éves) Vermeer és Maarten párbeszéde feltárja a tehetség kibontakoztatásának válsztható lehetőségeit. Ám ez a kötetnek csak az egyik szála, az alcím szerinti vanitas (hiábavalóság, semmiség, hiúság) darabokban a valóság és a képzelet számos cselekménykört átfogva jelenik meg.

A harmincéves háború idején játszódó események között hangszílyosan megjelenik mindenféle dűlás és fosztogatás.



Ezek a jelenetek szomszédunkban zajló háború miatt vállaltan áthallásosak,

„...talán folytatjátok az életeket, mintha ezek a dolgok meg sem történtek volna?” – hangzik el egy helyen a kérdés. A kegyetlenség ábrázolása ugyanakkor általánosabb értelmet kap. Nem hallgatja el a szerző létünkben eredő egymásból táplálkozás szükségességét.

A könyvbemutató házigazdájaként Stánicz Katalin több jellemző részletet olvasott fel, illetve értelmezett, amelyeket Süli István kommentált, így érdekes párbeszéd bontakozott ki. A hallottakhoz e sorok írója is hozzátenné kedvenc szemelvényét, annak a nagyon ismerős, nem annyira német-, inkább egészen nagyalföldi kinézetű macskának a végzetét, melynek szájából nem sokkal korábban kicsi, sárga madár lógott ki és lustán nyalogatta a terhüket cipelő hangyákat.

„És most jön a lényeg. Az út közepén két nap múlva egy macska fekszik kiterítve, testén keréknyom halad át. A keréknyomban por. A porban beszáradt vércsíkok kacskaringói. A macska feje mellett macskaagyvelő kifröccsent szürkésfehér zárványai, hasánál szét nyomott véres macskabéldarabok. A tetem fölött aranyzöld döglegyek csapata zűmmög, meg néhány darázs. A macska beszáradt szemébe tompa fény ragadt. A macskavelőn hangyák lakmároznak, a béldarabokat verebek csipegetik. Mindkét csapat halad lassan, de egyenletesen a macska feje felé, két irányból közelítik meg a macska szemébe dermedt örök kérdést.”

A brutalitás derűs szavakba öntött, kívülállóként szemlélt leírása már-már filozofikus távolságtartás. Választ ad arra a szemünkbe dermedt kérdésre is, hogy hogy élhették túl az emberek a saját történelmüket. Hát így. Elfogadták, hogy pontosan azt látják, amit látnak. És ezt Süli István alighanem jól látja.

■ SZIRÁKI ANDRÁS

Újból felcsendül a kamarakórus

Idén október 23-án, 17 órakor a Munkácsy Mihály Művelődési Házban várják a közönséget. Közreműködik Kriszta Kinga szoprán, Horváth István tenor, Major Attila bariton, Székely Balázs orgonaművész, a Budapesti Strauss Zenekar és a Boros Tibor karigazgató vezette kórus. Vezényel Deák András. A belépés ingyenes.



A MUNKÁCSY MIHÁLY MŰVELŐDÉSI HÁZ MŰSORFÜZETE

BÁLINTI MŰSOR



2026. OKTÓBER 17., SZOMBAT 10:00

FICÁNKOLÓ // A kesztyű - Álomzug Társulás előadása

Utazótáskával, napernyővel és térképpel a kezében egy bolondos, furcsa hölgy járja a világot... Ahol az órája teaidőt mutat, megpihen egy kicsit, és bőröndjéből különleges tárgyak, figurák kerülnek elő. S ha már ott van, miért is ne mesélne egy kicsit? Játsszótársai apró bábok, használati tárgyak, és nem utolsósorban a gyerekek! A mese azt a közismert történetet dolgozza fel, melyben szeretnivaló állatfigurák találhatnak otthonra és élnek barátságban egy elhagyott kesztyű 5 ujjában.

Előadást létrehozták: Tóth Krisztina, Papp Melinda, Rácz Benedek, Czapp Ferenc, Pápa Krisztina, Gráfel Judit

Játssza: Tóth Krisztina

Az előadást piciknek, ovisoknak és kisiskolásoknak ajánljuk.

Az előadás időtartama 35 perc.

Az előadás után kézműves-foglalkozással várunk mindenkit!

Belépő: 1.500 Ft

Családi jegy: 2 felnőtt + 1 gyerek: 4.000 Ft, 2 felnőtt + 2 gyerek: 5.000 Ft

Szervező és helyszín: MMMH



2026. OKTÓBER 19., HÉTFŐ 18:00-20:00

LOVE YOUR BELLY – Életmód szétnyílt hasizommal

Egynapos hasizomfejlesztő- és szülés utáni hasizom-regeneráló tréning, ahol megtanulható a szétnyílt hasizom megfelelő mozgástechnikája, illetve a résztvevők egyénre szabott otthoni tornát kapnak.

Előzetes bejelentkezés szükséges!

További információ és jelentkezés: Tóth Évi a LoveYourBelly hivatalos oktatója

Tel: +36 20 9563 364 E-mail: evifitness.hu@gmail.com Web: www.evifitness.hu

Helyszín: MMMH



2026. OKTÓBER 23., PÉNTEK 17:00

AZ 1956-OS FORRADALOM ÉS SZABADSÁGHARC 70. ÉVFORDULÓJA

Városi megemlékezés

Átadásra kerül:

Szeretet és Gondoskodás díj, Törökbálintért Emlékplakett

Törökbálint Díszpolgára cím

Megemlékező műsor:

Gounod: Messe solennelle de sainte Cécile

Közreműködnek:

Kriszta Kinga - szoprán, Horváth István - tenor, Major Attila - basszus

Törökbálinti Kamarakórus, Karigazgató: Boros Tibor

Budapesti Strauss Zenekar

Művészeti vezető: Csáky-Bogár Rita, Vezényel: Deák András

Az ünnepség után fáklyás felvonulás és koszorúzás a Dióskertben.

Kérjük, koszorúzási szándékát előre jelezze az info@mmmh.hu címen, vagy a 23/890-366-os telefonszámon!

Helyszín: MMMH



2026. OKTÓBER 30., PÉNTEK 21:00–02:00

HALLOWEEN PARTY

Ha a halloween szó hallatán neked is boszorkányok, kísértetek, vagy Michael Jackson Thriller című videoklipje ugrik be, tulajdonképpen megragadtad az ünnep lényegét, hiszen az angolszász hagyomány szerint ez a szellemek, a kísértetek, a bizzar és rejtélyes dolgok éjszakája – egyben ideális időpont egy kis jelmezes mókázásra!

Az éjjel félhomályában, amikor a hold kísértetiesen ragyog, megnyit a város legijeszőbb bulija! Iszonyatosan jó hangulattal, rémisztő jelmezekkel, harapnivalókkal, bájitalokkal, valamint a legnagyobb slágerekkel várunk!

21:00 Kapunyitás

21:00-02:00 ARATÓ VIDEO DISCO – Zenés időutazás, retrótól-napjainkig

Munkácsy Kaffa para-büfé / „Utolsó ismert fotó” fal /

Szerencsejátékok és kísértetek

Belépő: jegyek korlátozott számban kaphatók az MMMH Rendezvényszolgálatán

„Tetthely” jegy: asztalhoz szóló jegyek (min. 6 fős társaságok részére), elővételben 4.000 Ft

„Zombi” jegy: ülőhely nélküli, sétálójegyek, elővételben 3.500 Ft

Face control! 16+ Belépés csak jelmezben vagy maszkban lehetséges.

Szervező és helyszín: MMMH



2026. NOVEMBER 4., SZERDA 18:00

GÁTIZOMTORNÁ WORKSHOP ÉS ELŐADÁS

Minden a nőket érintő intim problémákról, a tünetekről és a megelőzésről a kismedence körül... Sok nő érintett intim problémákban (vizeletcsepegés, szervsüllyedés, aranyér, székrekedés, a szülés utáni regeneráció nehézségei vagy a változókori), ezek azonban nem a korról vagy a szülésekkel „járó természetes velejárók” – van rájuk megoldás! Gyere, és hallgasd meg az előadást! Előzetes bejelentkezés szükséges!

Részvételi díj: 1.000 Ft

További információ és jelentkezés:

Tóth Évi az Intim Medical Academy hivatalos oktatója

Tel: +36 20 9563 364 E-mail: evifitness.hu@gmail.com Web: www.evifitness.hu

Szervező és helyszín: MMMH



2025. NOVEMBER 7., SZOMBAT 10:30–11:30

MESE MACI BÁBOS KALANDJAI

Bábelőadás, zenei játékok és barkácsolás babáknak, ovisoknak és az egész családnak, minden hónap első szombatján! Előzetes jelentkezés ajánlott!

Foglalkozásvezető: Enyedi Anita E-mail: info@mesemaci.hu, Tel: +36 70 226 7111,Web: www.facebook.com/mesemaci.hu

Helyszín: MMMH



2026. NOVEMBER 13., PÉNTEK 17:00–19:00

ÜNNEPVÁRÓ KERÁMIA WORKSHOP
/ Gyertyatartók készítése

Adventi családi workshopunkon gyertyatartót készítünk, hiszen a gyertyafény – mint a Szentlélek és az angyalok jelenlétének szimbóluma – különösen szép hangulatot ad az adventi készülődésnek, és segít a családoknak lelkiileg is ráhangolódni az ünnepekre.

Foglalkozásvezető: Huber Kinga, fazekas-keramikus, népi játszóházvezető.

Az elkészített alkotások mázazását és kiégetését a foglalkozásvezető külön díjazás ellenében vállalja.

A helyek korlátozottak, előzetes jelentkezés szükséges!

Információ és jelentkezés: november 10-ig lehetséges a regisztracio@mmmh.hu címen.

Részvételi díj: 3.000 Ft/fő (12 év alatt csak szülővel együtt lehetséges, 8 éves kor alatt nem ajánlott)

Szervező és helyszín: MMMH



2026. NOVEMBER 15., VASÁRNAP 13:00-17:00

ŐSZI BÁLINTI BOLHAPIAC

Aki járt már bolhapiacon, tudja: ez nem sima vásárlás, hanem egy jó lehetőség, egy jó családi program. Matatás a dobozok mélyén, rácsodálkozás egy régi kerámiára, ami a gyerekkort idézi, vagy alkudozás egy szép kabátra, ami épp rád várt – ez az a hely, ahol a „kacat” egy jó beszélgetés után valódi értékke nemesedik.

**Árusító asztalok október 27-től, korlátozott számban,
2.500 Ft-os áron foglalhatók, személyesen az MMMH Rendezvényszolgálatán.
A belépés díjtalan.**

Szervező és helyszín: MMMH



2026. NOVEMBER 16., HÉTFŐ 19:00

DUMASZÍNHÁZ**Fixa Ideál – Ács Fruzsina és Szabó Balázs Máté közös estje**

Milyen az ideális élet? Miért lett olyan az életed, amilyen? Tudod, hogy mit miért csinálsz? Mi hozzuk a döntéseinket, vagy minden előre meg van írva? Úgy éljük az életünket, ahogy szeretnénk, vagy ahogy a szüleink szeretnék? Mi kergetjük az ideákat, vagy azok kergetnek minket? Szükségünk van életbölcsekre, vagy a bölcsesség életének van szüksége ránk? Rájöttél már, hogy ennek a leírásnak semmi értelme, vagy még mindig olvasod? Kérdések, amelyekre életünk során szerencsére nem kell válaszolnunk. Mi viszont most mégis megpróbáljuk.

A belépőjegyek elővételben kaphatóak a dumaszinhasz.jegy.hu oldalon

Szervező: Dumaszinház

Helyszín: MMMH



2026. NOVEMBER 25., SZERDA 19:00

TÖRÖKBÁLINTI SZÍNHÁZBÉRLET 2. előadása**A MAJDNEM TÖKÉLETES BOLDOGSÁG RECEPTJE****Pokorny Lia egyszemélyes estje**

„Az improvizációval és interaktivitással fűszerezett, porcukor illatú estén felülünk az érzelmi hullámvasútra, és hősünkkel együtt fejest ugrunk egy különös kalandokkal teli utazásba, amelynek a végén az alábbi legfontosabb kérdésekre megtalálhatjuk a választ! – Megsúgom, sokkal közelebb van, mint gondolnánk.” – Pokorny Lia

Az előadás előtt 18.40-től Pokorny Lia asszociációs játékkal várja a vendégeket.

Az előadást követően pedig személyes dedikálást tart a helyszínen.

„A majdnem tökéletes boldogság” című könyvet a helyszínen lehet megvásárolni.

Felnőtt jegy: 6.500 Ft / Nyugdíjas és diák jegy: 5.500 Ft

Felnőtt bérlet: 21.000 Ft Nyugdíjas és diák bérlet: 18.000 Ft

Bérletek és belépőjegyek kaphatóak a jegy.hu oldalon

és az MMMH Rendezvényszolgálatán.

Szervező és helyszín: MMMH

**2026-2027-ES ÉVADKLUBOK, KÖRÖK, EDZÉSEK****ALKOSSUNK,
TANULJUNK, FEJLŐDJÜNK!****ARTBAR WORKSHOP**

Havi rendszerességgel, pénteken 18:00-20:00-ig

BABA-MAMA KLUB

Csütörtökön 9:00-11:00-ig

EZERMESTER MŰHELY

Hétfőn és/vagy szombaton
17:00-18:30-ig

FAZEKAS-KERAMIKUS SZAKKÖR

Csütörtökön 18:00-19:30-ig

GÁTIZOMTORNA

Havonta, hétfőn 18:00 órától

HANGSZERVERÁZS**ZENETANODA****ROSALES ZENEÓVODA**

Csütörtökön 13:00-18:30-ig,
csoportbeosztás szerint

ISKOLA-ELŐKÉSZÍTŐ**FOGLALKOZÁS**

Kedden 8:00-16:00-ig

ÍGY TEDD RÁ! FOGLALKOZÁS

3-7 éves gyermekeknek:
hétfőnként 16:30-17:15-ig

BABA-MAMA KLUB

minden hónap utolsó hétfőjén
15:45-16:15-ig

KEREKÍTŐ

Kerekítő Manó Torna (1-3 éveseknek):
szerdán 10:00 órától
Kerekítő Mondókázó (0-3 éves korig):
szerdán 11:00 órától

**KISECSET ÉS KÉPFESTŐK
ÉLMÉNYFESTÉSEK**

Felnőtteknek és gyerekeknek, havonta,
hétfőig

**KÖZÉPISKOLAI FELVÉTELI
ELŐKÉSZÍTŐ
(COOGITO CSOPORT)**

Kedden 15:00-17:00-ig és/vagy szomba-
ton 9:00-11:00-ig

LOVE YOUR BELLY

Havonta, hétfőn 18:00 órától

MESE MACI BÁBOS KALANDJAI

Hétfőn 10:00-10:45-ig és minden hónap
első szombatján
10:30-11:30-ig

**„TÁRSALOGJUNK ANGOLUL”
TEADÉLUTÁN**

Kéthetente, csütörtökön 18:30-20:00-ig

**VARRÓTANFOLYAM
(VARRNIJÓ STÚDIÓ)**

Felnőtteknek és gyerekeknek,
havonta, hétköznap

**MOZOGJUNK, TÁNCOLJUNK,
GYÓGYULJUNK!****AKROBATIKUS ROCKY-SPORTTÁNC
(FANATIC TSE)**

Hétfőn 17:00-18:00-ig

**BUSHIN-KAI ÖNVÉDELMI
ÉS HARCMŰVÉSZETI EDZÉS**

Kedden és csütörtökön 19:00-20:30-ig

CHIKUNG

Kedden 19:30-20:45-ig

**GYEREK FITNESS
(MARCIÁN TÁNC- ÉS FITNESS SE)**

Hétfőn és szerdán 15:30-18:00-ig,
csoportbeosztás szerint

HATHA JÓGA

Középhaladó-haladó csoport:
hétfőn 18:30-20:00-ig
Hatha jóga mindenkinek:
csütörtökön 18:30-20:00-ig

**HIP-HOP
(ECDS - LORA DANCE CREW)**

Kedden és csütörtökön 17:00-19:00-ig,
csoportbeosztás szerint

HULAJOO FITNESS

Kedden 19:15-20:15-ig

**KLASSZIKUS BALETT
(PETIT BALLET STUDIO)**

Kedden 16:00-18:00-ig és csütörtökön
18:00-19:00-ig, csoportbeosztás szerint

**MAZSORETT
(GYÉMÁNTKÚT EGYESÜLET)**

Hétfőn és szerdán, kedden
és csütörtökön, csoportbeosztás szerint

PILATES

Hétfőn 18:00-19:00-ig

TÁRSASTÁNC

Felnőtt középhaladó csoport:
hétfőn 17:30-18:30-ig

ZUMBA®

Szerdán 18:00-19:00-ig

**PREVENCIÓS FOGLALKOZÁSOK
(PREVI TEAM EGYESÜLET)**

Senior torna: hétfőn 18:00-19:00-ig
Jump: hétfőn és szerdán 19:00-20:00-ig
Gymstick: kedden 18:00-19:00-ig,
csütörtökön 19:00-20:00-ig
Dance Step Kids: szerdán 17:00-18:00-ig
Kondi-köredzés (eszközös):
szerdán 18:00-19:00-ig
Gerinctréning: csütörtökön
17:00-18:00-ig és 18:00-19:00-ig
Jump Kids (8 éves kortól): pénteken
17:00-18:00-ig
DrumStick: pénteken 18:00-19:00-ig

KIS CSOPORTOS PILATES

kedden és csütörtökön 9:00-10:00-ig,
csütörtökön 18:00-19:00-ig

PRÓBÁK, KLUBNAPOK, EDZÉSEK**ALPHA KÖR**

szerda 18:00

BÁLINTI SAKKBARÁTOK SE

péntek 17:00

EDEN ACTUAL TEAM SE

téli edzések szerda 18:00

GROSSTURWALLER MUSIKANTEN

kedd 19:00

**MOZGÁSKORLÁTOZOTTAK EGYESÜ-
LETE**

kéthetente, szerda 14:00

NYUGDÍJAS KLUB

kéthetente, szerda 14:00

LENDVAI KÁROLY FÉRFIKÓRUS

csütörtök 17:00

TÖRÖKBÁLINTI CANTABILE KÓRUS

kedd 18:00

TÖRÖKBÁLINTI KAMARAKÓRUS

kedd 18:00

**TÖRÖKBÁLINTI HAGYOMÁNYÖRZŐ
TÁNCCSOPORT**

kedd, péntek 18:00

**TÖRÖKBÁLINTI YAMA KARATE SPORT
EGYESÜLET**

hétfő, szerda, péntek 16:00-20:00

TÖRÖKBÁLINTI SPORT EGYESÜLET (TSE)

Sanda, Taolu kungfu:
hétfő, szerda, péntek 18:00-19:30
Tai chi: kedd 18:00-19:30

A foglalkozások
részletes információi
az alábbi QR-kód beolvasásával
közvetlenül is elérhetők:



További információ:

www.mmmh.hu
www.facebook.com/muvhaz

IDÉN IS LESZ KATALIN-BÁL! A Lend-
vai Károly Férfikórus idén is megren-
dezi hagyományos Katalin-bálját. Idő-
pont: 2026. november 28. Helyszín:
a törökbálinti Munkácsy Mihály Mű-
velődési Ház. Bővebb információk
(program, jelentkezés) október végé-
től várhatók.

Századfordulós Korzó

Beköltöztünk a szecesszió korába



Mi történik, ha a helytörténetet nem vitrinbe tesszük, hanem visszaengedjük az utcára? Ha nemcsak írunk a századfordulóról, hanem megszólaltatjuk a gramofont, felülünk a velocipédre, kipróbáljuk a kor mozdulatait, szecessziós formáit – és közben felfedezzük, hogyan kapcsolódik mindez a mai világunkhoz? Augusztus 29-én erre vállalkozott a Törökbálinti Értéktár a Munkácsy Mihály Művelődési Ház segítségével a Századfordulós Korzó című rendezvényen. A Törökbálinti Értéktár munkatársa, a program rendezője, Öveges Borbála foglalta össze gondolatait.

Az Értéktár Róth Miksa és Walla József helyi örökségét feldolgozó szabadtéri kiállításokkal is készült, de ezt a világot ezúttal nem egyszerűen bemutatni szerettük volna, hanem mai életre keltetni.

Már a délután első óráiban izgalmas időutazás kezdődött a Piac téren. A Mare Temporis Társulat elegáns hölgyei és urai, cselédei és más századelős alakjai vegyültek a látogatók közé – akik közül sokan maguk is a kort idéző kalapokban, ruhákban vagy éppen csikos pólóban érkeztek.

**” Megszólalt a verkli, gramofon-
bemutató idézte meg a korszak
hangjait,**

Kádár Ferkó Fotószínházában korabeli díszletek, másutt velocipéd-del hajtott csúzlizda várta a gyerekeket.

Sportegyesületeink segítségével a Grundon előkerült a fűzős focilabda, a Párbaj Arenában – a vívás történeti kellékeinek bemutatója mellett – valódi kardpárbajok zajlottak.

A szecesszió lenyűgöző formavilágából kiindulva Tiffany-üveg, tűzzománc, betonékszer, grafikai, nyomdai és más foglalkozásokon lehetett saját alkotásokkal kísérletezni a Bálinti Családok Közössége Egyesület Törökszegfü Alkotóköre és meghívott alkotók segítségével. A szecesszió kortárs átiratot is kapott: városunk street art művésze, VOID a korszakra reflektálva készített graffitit a Korzóra.

Igazi kuriózum, hogy a családi emlékezet ezúttal valóban személyes hangon szólalhatott meg. Hadik András művészettörténész bemutatta az Értéktár kiadásában frissen megjelent, Walla József életét élményszerűen bemutató kötetet, majd a szerző – Magyarszéky

Gábor, Walla dédunokája – Kolocz Dórával, a Róth Miksa Emlékház vezetőjével beszélgetve idézte meg a híres cementárugyáros alakját és korát.

Simonovics Ildikó, a Magyar Nemzeti Múzeum divattörténésze azt mutatta meg, hogy a ruhák és frizurák átalakulása mögött a női szerepek változása, az önállóság és a szabadság iránti vágy, végső soron a modern nő születése is kirajzolódik.

A korszak szabadságigénye más nyelven szólalt meg Pálosi István és Herold Eszter mozdulatművészeti előadásában. Az 1912-ben Dienes Valéria által megalkotott orkesztika a természetes emberi mozdulatból induló, eredeti magyar modern tánc irányzat, amely a szellem szabadságát és harmóniáját kereste.

A rendezvényhez Budapestről a Róth Miksa Emlékház és Gyűjtemény és azok a helyi közösségek és intézmények is saját programokkal kapcsolódtak, amelyek ma is őrzik és éltetik a Róth–Walla-örökséget. A Walla József Óvoda maga is a Wallák közösségi szerepvállalásának élő emléke; a Városszépítő Egyesület évtizedek óta gondozza a család helyi emlékeit, többek között a kriptát; a katolikus templomban ma is ott látható a Róth Miksa által adományozott üvegablak. A Segítő Kéz Szolgálat a jótékonykodás ma is élő gyakorlatán keresztül kapcsolódott a kor világához, amikor a közösségért vállalt felelősség a polgári értékrend fontos része volt. A színpadon közben bábelőadás, zene és gólyalábas vásári komédia váltotta egymást, az estét pedig a Swing à la Django koncertje zárta.

A Századfordulós Korzó a Törökbálinti Napok programjaként, az Értéktár Hungarikum pályázaton elnyert támogatása révén indult útjára.

Egy igaz ember igaz története

We have to talk about Chris



Ha Chris Belluzzi nevét nem is, derűs, sugárzó személyét biztosan sokan ismerik már Törökbálinton. A Flowpoint civil egyesület alapítója és epicentruma, angoltanár, két kisfiú szerető édesapja. Nyolcadik éve él a városban, New Yorkból utazott idáig, hogy élete valódi mozgatórugóit és értelmét hosszú sodródás után végre megtalálja.

Beszélnünk kell Chrusról – mert ez a fiú „meghalt és feltámadott, elveszett és megtaláltatott” /Lk.15,32/

„Valamennyien tékozló fiúk vagyunk azzal a különbséggel, hogy egyesek az atyai háztól eltávolodó, míg mások már a visszavezető úton járnak.” /Pilinszky János/

Kapaszkodnom kellett a karfába, mikor Chris a felmenőiről mesélni kezdett. A múlt század elejének tengeren túli maffiavilágába csöppentünk hirtelen. Apai dédapja az akkori Amerikában működő, öt hírhedt olasz dinasztia szesz- és drog-csempész szövetségének második embere. Sorsa tulajdonképp elkerülhetetlen – filmbe illőn likvidálják: lassít a fekete autó, és Vincenzo James Lepore a borbélyüzletből kilépve halálos lövést kap. A törvénytisztelő tiszta élet e körülmények közül érkezve a nagyapának, sőt, még az apának sem

egyszerű, első gyermeke a családi legendárium szerint börtönben fogant. Múltját azonban sikerrel hátrahagyva köt házasságot felvidéki gyökerekkel bíró kedvesével, s születik meg 1991-ben, a New York állambéli Rosendale-ben második közös gyermekük, Chris Belluzzi.

Rosendale különleges hely, a települést kis patak szeli ketté, s a hagyomány szerint egyik partján tisztes konzervatívok, a másikon kétes életű liberálisok, művészek, hippik, nincstelenek élnek. Chris gyerekként saját családjában is érzi e kettősséget: apjától a kemény kétékezi munkát, bátorságot, a katonai szolgálat becsületét, anyja felmenőitől az írók, táncosok érzékenységet és könnyűséget kapja örökölni. A városkának – gyerekszemmel – egyetlen pontja volt, ahol e megosztottság nem volt érzékelhető: a helyi ifjúsági ház. Ott nem számított, a patak mely partjáról érkezél. Mindegy volt, szegény vagy-e vagy gaz-

dag, nem létezett bórszín, vallás, sem politikai nézet. Gyerekek játszottak gyerekekkel, egy pontban örvénylett, hömpölygött a végtelennek tűnő jelen idő. Gyerekkorának béke szigetként említi a helyet a felnőtt férfi – nem véletlen, hogy évtizedekkel később ezt az aranykort álmódja és teremti újra a jövő generációi számára.



Chris békétlen gyerekként emlékszik magára. Jó szívű, de rossz magaviseletű kisiskolás, balhétől balhéig közlekedik.

Szülei korán különválnak, dühöt és szorongást szül a tehetetlenség és a bánat, ami kisebb, majd egyre nagyobb csínyekben ölt testet. Kevesen látják az indulatos kamasz viselkedése mögött a szenvedést, az elcsatornázatlan szomorúságot, veszteséget. Az érzékeny kevesek egyike Susan Slotnick táncpedagógus, aki színi- és táncelőadásaiba becsatolva Christ, szublimációs lehetőséget kínált a fiatal fészítő parttalan energiák számára.

Tizenkilenc éves, mikor édesanyjánál negyedik stádiumú tüdőrákot diagnosztizálnak. Pillanatok leforgása alatt válik a kamasz gimnazista betegápolóvá és hűgának nevelőjévé. A házba egy időre édesapjuk érkezik vissza, hogy a haldokló asszonyt az utolsó nehéz heteken végigkísérje.

Chris anyja halála és a középiskola befejezése után egyből munkába áll: A Mohonk Mountain House alkalmazottja lesz, azé a szállodakomplexumé, ami a legenda szerint Stephen Kinget A ragyogás című regényének megírására ihlette. Feladatait nem veszi komolyan: ukuleléjével a hóna alatt terv, cél és fókusz nélkül a mának él, élvezetet, örömet, lebegést hajtva igazi carpe diem az élete. Chris hétköznapi hedonizmusa menekülés. Menekülés az édesanya elvesztésének feldolgozása elől, menekülés a korai parentifikálódás súlya elől, menekülés a gyerekkor többszörösen kétéhasadt valóságából.

Céltalan sodródásában egy magyar lány lesz a kikötő – hűvösen őszinte kér-



Játékos angoltanulás

déseivel Christ lassulásra és számvetésre készíti. A lányt utolsó centjei árán Budapestig követi, de horgonyozni még képtelen: kapcsolata az eleinte küzdelmes gyökertelenségben elenyész. Idővel megismeri azonban azt a lányt, akinek családja nincstelenségében is elfogadja őt, akinek törökbálinti otthonába a tékozló fiú megnyugodni és megállapodni hazatérhet. Leendő anyósát Chris magyar nyelven ANYÁNAK szólítja, aki mellett elvesztett édesanyja után először megtartó biztonságot talál. Párjával a Felsőerdősor utca egy romos viskójából festői panoráma mézeskalács házikót varázsolnak, miközben két gyermekük születik, 2019-ben Benjamin, 2021-ben Ezra. Chris az apasá-

gában véli megtalálni azt a fókuszot, amit tudatosan vagy kevésbé, de mindig is keresett. A lehető legjobb példává válás vágya hajtja – biztos állást talál, angoltanít, majd menedzserkedik a budapesti Berlitz-hálózatban, később a bálinti Prime School oktatója lesz. Hajnalban kel, fut, főz, medítál, egészséget épít testben, lélekben egyaránt.

Az apává válás revelatív élményével párhuzamosan hajt rügyet a gondolat: egy ifjúsági központ létrehozásának vágya, gyerekkori biztos, társadalmi különbségeket felülíró, szeretetalapú közösségének újraalkotása Törökbálinton, választott, megtalált otthonában. 2023-ban Chris életre hívja a Flowpointot, egy ci-

vil egyesületet, ami inspiráló, nyitott teret kínál fiataloknak fejlődéshez, kikapcsolódáshoz, kreatív programokhoz, közösségi élményekhez.



A Flowpoint megalakulása óta aktív szerepet vállal a település civil életében, részt vesz közösségi rendezvényein.

A halloweeni estén saját bázist épít, aktív tagja a Bálinti Családok Egyesülete által szervezett Családi Pikniknek, képviselteti magát a majálison, önálló megmozdulásait pedig fix épület híján a művelődési ház és a Prime School fogadja be.

Chris energiája kifogyhatatlan, szenvedélyes tenni vágyása csillapíthatatlan. Erőt apasága mellett Jézus Krisztusból meríti. 2025 őszén nehéz betegségből gyógyulva purgált és megtért, fiatalkori könnyelműségét napról napra fókuszált, tevékeny és alázatos szolgálattal írja felül. Álma, hogy a Flowpoint közösséget építhet egyszer a környékbeli településeken is, talán Budapesten és Biatorbágyon, hogy majd az ifjúsági bázisok egymással is vitális áramlatban kapcsolódhassanak. Útja színes, derűs és nemes, áldás, hogy misszióját köztünk teljesíti. Kívánom, hogy nyitott, őszinte hívását baráti közvetlenséggel viszonzva tegyék mi, bálintiak valódi, termékeny párbeszéddé!

■ HEROLD ESZTER



Három sportágban is remekel Ágota

„A transzplantáció számomra maga a csoda”

Sikert sikerre halmoz a törökbálinti sportolónő, Végh Ágota. A padel, tenisz és alpesi sí versenyzőnő a transzplantáltak versenyein diadalmaskodik, ugyanis húsz éve kapott új vesét. Idén június 21–27. között rendezték meg Hollandiában, Arnhemben a Szervátültetettek és Művesekezettek Európa-játékát, ahol egy ezüst- és egy bronzéremmel zárta a sportversenyt. Ágota pénzügyi igazgatóként dolgozik, ám szabadidejét családjának, a sportnak és a kutyáinak szenteli. A szervátültetett sportolónő története az életörömről, a hitről és a kitartásról szól.



Ágota padelben is diadalmaskodott

– Ha egy névjegykártyán kellene bemutatkoznia, mi szerepelne rajta?

– Elsősorban az, hogy érző és optimista ember vagyok. Emellett pénzügyi igazgatóként dolgozom az energiaiparban, és próbálok minél többet sportolni. Harmónikus családban élő feleség vagyok, kutyás ember, és a sport az életem meghatározó része. Első border collie-mmal ismertem meg az agility sportot, jelenleg pedig egy fiatal kutyával készülünk a versenyzésre.

– Hogyan derült ki, hogy baj van a veséjével?

– 18 éves koromban egy rutinvizsgálaton vettem részt, ahol kimutatták, hogy fehérje van a vizeletemben, fehérjeürítő vesebetegségben szenvedek. Akkoriban nem volt túl sok tünetem, úgyhogy boldogan éltem az egyetemisták életét. A

diploma után elkezdtem dolgozni, és ekör jöttek az első komolyabb tünetek, velük pedig a gyógyszerek, de még 7 évet kihúztam a művesekezelésig. Ezt követte a dialízis: 2 év 10 hónapot töltöttem művesekezelésen, miközben folyamatosan dolgoztam. Hozzáteszem, a dialízis nem éppen könnyű dolog. Kétnaponta négy órát töltöttem gépen. Szigorúan korlátozni kellett a folyadékfogyasztást, hiszen a vesék már nem működtek megfelelően. Nyáron még egy szelet dinnye is komoly számítás tárgya volt. Mégis igyekeztem pozitívan gondolkodni. Azt mondtam magamnak: örülhetek, hogy létezik ez a kezelés, mert sok betegnek még ennyi lehetősége sincs. A legnehezebb mégsem ez volt, hanem az állandó fáradtság, kimerültség. Éppen húsz esztendeje kaptam meg a művesé-

met: 2006 szeptemberében szólalt meg az a bizonyos telefon.

–Bizonyára emlékszik a sorsdöntő hívásra, hogy új vesét kaphat. Elmeséli?

– A várólistára egy év dialízis után kerültem fel, és a nagy telefonhívás nem is hozzám személyesen futott be, hanem a dialízis állomásra. Éppen kezelésen tartózkodtam, amikor csörgött a telefon, hogy van egy megfelelő vese. Azonnal megkérdezték, hogy nem vagyok-e megfázva, mivel akkor még fel se fogtam, hogy eljött a pillanat amire annyira nagyon vártam. A szervátültetés egy rendkívül komoly, és hosszan tartó műtét, s az én vesém nem azonnal, a műtőasztalon kezdett működni, hanem néhány órával később. Azonban egyik percről a másikra normalizálódott a kreatinin értékem. Maga a csoda történt meg velem: néhány nappal korábban még alig ihattam, a műtét után pedig ismét ehettem, ihattam szinte mindent. Elmondhatatlan érzés!

– Tudhat bármit a donor személyéről?

– Mindössze annyi információ van, hogy egy 65 éves ember veséjét kaptam meg. Hozzáteszem: sosem akartam tudni, ki volt ő pontosan, mivel semmin se változtatna. Inkább arra gondolok hálával, hogy valaki a halála után lehetőséget adott nekem arra, hogy tovább élhessek. Ahogy a szlogenünk is mondja: a szervátültetés életet ment.

– Hogyan csatlakozott a szervátültetett sportolók világához?

– Gyerekkoromtól fogva mindig sportoltam, mozogtam. Atletizáltam, sieltem, aerobicoztam és táncoltam. A műtét után újraéledt bennem a vágy, hogy mozogjak, azonban a szervátültetett sportolók közösségéhez azonban csak 2019-ben csatlakoztam. Hatalmas ajándékként élem meg, hogy ebbe a közösségbe kerültem. A transzplantált sportolók között ugyanis mindenki pontosan tudja, mit jelent új esélyt kapni, a versenytársaink itt egy-

ben a sorstársaink is. A versenyek fontos üzenete felhívni a figyelmet a szervátültetés fontosságára, ugyanis sok országban nem könnyű a szervre várók helyzete, különösen, ahol az embereknek még életükben kell kifejezetten hozzájárulniuk, hogy haláluk után más emberek megkaphassák a szerveiket. Sokan nem élnek ezzel a lehetőséggel, vagy nem is tudnak róla, így a vese-, máj-, szív-, tüdőbetegeknek vagy egyéb szervre váróknak sokáig kell átültetésre várnia. Különösen megható élmény számomra a donorcsaládok felvonulása a nemzetközi versenyeken. Ausztráliában éltem át először, hogy a szervdonorok hozzátartozói is részt vesznek a megnyitón, és fényképeket vittek magukkal szetteikről. Megható volt látni, hogy számukra is vigaszt jelent: a szeretettük halála után több ember teljes életet élhet tovább. Ennél erősebb üzenetet nehéz elképzelni.

- Rendkívül figyelemreméltó sporteredményeket ért el a transzplantáltak közösségében. Mesélne erről?



- Az olaszországi Bormioban rendezték meg 2024-ben a Szervátültetettek Téli Világjátékát, ahol alpesi sí sportszámokban két aranyérmet is szereztem.



Alpesi sí sportágban két aranyérmet is szerzett

A hollandiai Arnhemben pedig idén júniusban rendezték meg a Szervátültetettek és Művesekezeltek Európa-játékát, amelyen májtranszplantált társammal, Jakab Ivett-

tel ezüstérmesek lettünk teniszben, vegyes párosban pedig a szívátültetett Papp Benedekkel bronzérmet szereztünk. Jelenleg a padelt tartom a fő versenyszámnak,

amit a hollandiai Európa-játékokon hősgériasztás miatt sajnós töröltek a programból. Két éve Lisszabonban bemutató sportág volt, itt a koedukált mezőnyben sikerült bronzérmet szereznünk vesetranszplantált barátnőmmel, Csengődi Évával. Padelben és teniszben készülök a következő vilájjátékokra is, amit Belgiumban rendeznek meg, és ahol szeretném ismét Magyarországot és Törökbálintot képviselni.

- Tizenegy éve él Törökbálinton, amelyet ma már valódi otthonának tekint.

- Nagy szerencsém volt, hogy a válság idején itt tudtam telket vásárolni. Azóta is imádok itt élni. Nyugodt, zöld város, mégis minden közel van. Nem tudnám elképzelni, hogy máshová költözzek. Bár sajnós nem vagyok „öslakos” törökbálinti, de gyorsabban ver a szívem, amikor meglátom a Törökbálinti táblát. Én ide érkezem haza, itt van a családom, és ma már Törökbálinttal álmodom. Bízom benne, Törökbálint számára is dicsőség, amikor jól szerepelek a sportversenyeken, mert számomra mindenképp büszkeség itt élni.

■ BESZTERCZEY JUDIT



Szabadidejében sokat sportol a kuttyájával

105 éve történt, IV. Károly király útja Törökbálinton

A budaörsi–törökbálinti csata

Az Osztrák-Magyar Monarchia tragikus veresége 1918 őszén következett be, lezárva az I. világháborút. A Habsburg Monarchiát alkotó egyes tartományok, államok az antant jóváhagyásával sorra határolódtak el a Habsburgok vezette államalakulattól.



IV. Károly a Szent István-rend ornátusában

Csehszlovákia Felvidékét és Kárpátalját megszálva 1918. november 14-én nyilvánította ki önállóságát. Jugoszlávia Szlovéniát, Horvátországot, illetve a Vajdaságot – délszláv országokként magába olvasztva, 1918. október 29-én jött létre. Románia a Magyar Királyságból Partiumot és Erdélyt bekebelezve 1918. december 1-én mint román többségű területekkel való „egyesülést” jelentett be.

Vereség, köztársaság, Tanácsköztársaság

Magyarországon 1918 októberében kiáltották a köztársaságot, 1919. március 21-én a Tanácsköztársaságot. A 133 napos kommunista diktatúra után Horthy Miklós vette át a hatalmat. 1920-ban a nemzetgyűlés visszaállította a királyságot, s őt kormányzónak választották. (A királyság

1946. február 1-ig fennmaradt.) Ausztria 1919. április 3-án megfosztotta a Habsburgokat uralkodó jogaitól és vagyonuktól, így száműzetésbe kényszerültek, először a szomszédos Svájcba.

IV. Károly kalandos visszatérése

1921-re már csupán egy ország létezett a felbomlott Monarchiából, ahol még királyság maradt, de király nélkül: Magyarország. Az utolsó király IV. Károly volt, aki svájci száműzetéséből visszatérve megkísérelte a magyar trónt újra elfoglalni. Ezt az ún. királypuccsot kétszer is megpróbálta végrehajtani.

Először 1921. március végén hamis útlevelemmel átlépte a svájci, majd a magyar határt, s Szombathelyre érkezett, ahol Mikes János püspök szívélyesen fogadta őt. Innen indult el személygépkocsival, de katonai kíséret nélkül Budapest felé. Fel is jutott a Budai Várba Horthy Miklós kormányzóhoz, akitől a hatalom átadását kérte. Ezt a kormányzó határozottan elutasította, mivel ez új nemzetközi konfliktust jelentene, sőt a kisantant már mozgósított is a határon, s várhatóan hamarosan lerohannák az országot. Károly érdemi támogatást nem elérve, ahogy jött, titokban, visszatért Szombathelyre, majd Svájcba.

Másodszor is megpróbálta

A második alkalommal 1921. október 20-24. között kísérelt meg a hatalomátvételt. Ekkor repülővel érkezett a Sopron közeli Dénesfalvára, Cziráky gróf birtokára. Másnap innen vonultak be Sopronba, hogy átvegyék az ottani katonai egységek feletti parancsnokságot. Az Ostenburg-Morawek Gyula vezette csendőrszázalój le is tette az esküt a királyra, s egy zászlóaljnyi fegyveres katonával készen álltak indulni Budapestre, hogy ha kell, erővel vegyék át a hatalmat. Természetesen remélve, hogy érkezése hallatán tömegesen állnak át Horthy katonái a király oldalára. Október 22-én indult el a királyi vonat a főváros felé. Aznap még a Bia - Torbágy vasútállomáson megálltak, és egy tábori misét tartottak.

Harci állások Törökbálinton

Másnap innen indultak tovább, de csak a törökbálinti vasútállomás előtti kanyarulatig jutottak, ahol is a budaörsi Törökugrató felől lövések dördültek a katonákkal megrakott szerelvényre. A vonat megállt, a katonák felvették a harcot az ellenállók. A királypárti erők a törökbálinti magaslaton, a Tükörhegy gerincén, kb. a majdani téglagyárnál – szemben a Törökugrató dombbal – foglaltak el harci állásokat.

Közben a katonai vezetők a királlyal együtt védett, biztonságos vezetési pontot kerestek, s találtak a törökbálinti Józsefhegyen. Akkoriban a vasútvonaltól kb. Szérűskertig szántóföld volt, a mai Kazinczy utca vonalában dűlőúttal. Vélhetően ezen haladva kb. a mai Ady Endre utcánál térhettek át a Józsefhegy felé.

Kristálypohár helyett bádogbögre

Fennmaradt a helyi lokálpatrióták emlékeztében az az eset, hogy a mai Józsefhegy utcában az ún. svájci ház (ma Hadik ház) vizet kértek. A ház lakói azonban felismerték a királyt, – bár katonai uniformisban volt – s ezüst tálcán, kristály pohárban hozták a vizet számára. De a tisztek a lelepleződéstől tartva elhárították a háziak kínálását, s továbbhaladtak a Felsővár utca felé, ahol egy lakótól bádog bögreből – de az inkognitót megőrizve – ihatott a király. A bejárás tovább tartott,

le a Fő utcán, vélhetően a mai Szent István utcaig. Ott letértek az érkezési gyalogútjuk felé, vissza a MÁV-síneken várakozó szerelvényig. Ez a 6-8 km séta 2-3 órát is igénybe vehetett. Eközben folytatódott a véres lövöldözés, a „budaörsi-törökbálinti” csata a kormánypárti és királypárti erők között.

Tűzszünet, hátraarc Madeiráig

Először a harcedzett királypárti katonák a Csiki hegy felől kerülve komoly csapást mértek a sok civilt (egyetemistákat) soriban tudó Horthy-erőkre. Viszont a kormánypárti oldal újabb erősítéseket kapott, így már nem volt esély, hogy a király eljusson a budai Várba, sőt közben már tárgyalások is kezdődtek, hogy e véres testvérharc lezáruljon. Végül Károly egyoldalú tűzszünetet rendelt el, s a királyi vonat Tatáig vonult vissza. Itt fogságba került, innen Tihany és Baja érintésével a Dunához vitték, ahonnan az angol flotta hajói a Fekete tengerig, majd egy cirkáló hajóval a száműzése helyszínére az Atlanti óceáni Madeira szigetére szállították. (Ahová heteken belül 7 gyermeke is megérkezett, köztük az elsőszülött trónörökös Habsburg Ottó, aki az ezredforduló táján szintén járt Törökbálinton, de csak előadást tartani.) Ezen a portugáliai szigeten érte IV. Károlyt a spanyolnátha. E világhárvány 34 éves áldozataként 1922. április 1-én hunyt el.

■ GYARMATI MIHÁLY

Új kopjafa a Szérűskertben



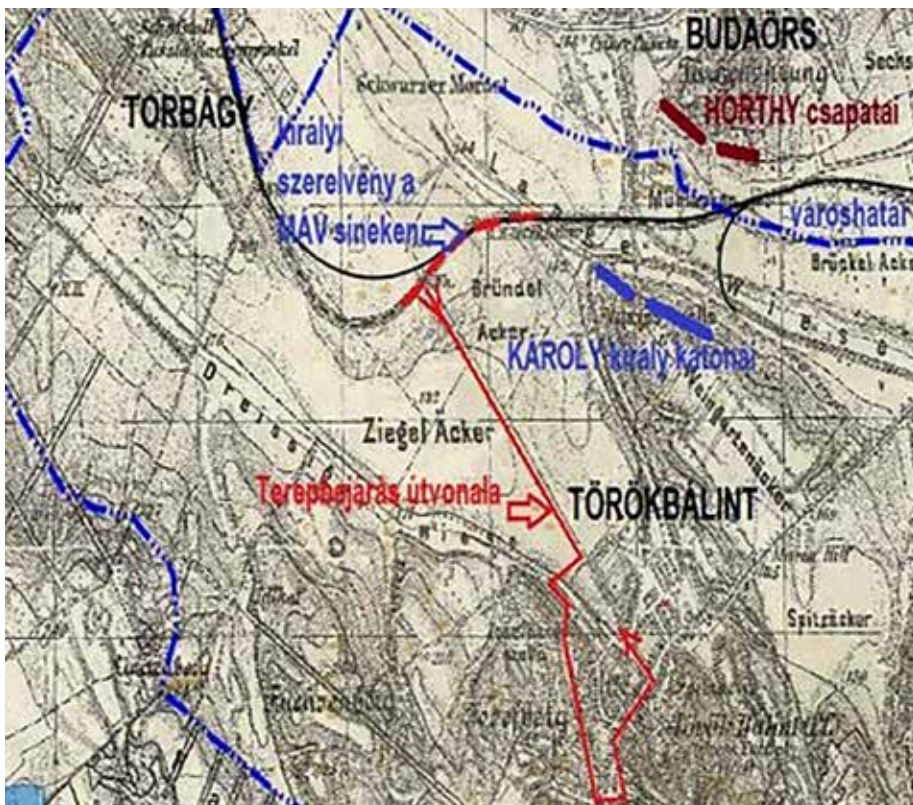
Törökbálinton mostantól egy különleges kopjafa is őrzi a 2026-os Íjász Világkupa emlékét a Szérűskertben. Fábik István, az Erdélyi Magyarok Törökbálinti Egyesületének elnöke faragta.

A gondolat az idei világkupa szervezésekor született meg. A július 17–19. között megrendezett nemzetközi esemény Törökbálinton, Esztergomot és Törtelt kapcsolta össze. A szervezők mintegy száz, a világ különböző pontjairól érkező íjászt fogadtak.

„Arra gondoltam, hogy ezt valahogy meg kell örökíteni, emléket kell állítani ennek a nagy eseménynek” – meséli Fábik István.

A Szérűskertben immár hét kopjafa áll, ezek közül hatot Fábik István faragott. Az íjat két dimenzióban tudta megjeleníteni, így az alkotás egyszerre idézi meg az ősi fegyvert, a harcot és a mai sportembert. A munkához pedig az Erdélyi Magyarok Törökbálinti Egyesületének valamennyi tagja hozzájárult.

■ BJ



A hadszíntér vázlatos képe az ún. III. sz. katonai térképen

Rindt Tünde, a Törökbálint Sportközpont edzője

„A mozgás a saját tempódban kezdődik”

Miért fontos, hogy ne csak erősítsük az izmainkat, hanem megtanuljunk jól használni a testünket? Hogyan tehetjük a mozgást a mindennapjaink természetes részévé, és vajon tényleg számít-e már heti két edzés is? Kezdők és haladók, ülőmunka, stressz, TRX, köredzés. No, és a lelki része: Miért sokkal könnyebb elkezdeni és kitartani egy támogató közösségben? Rindt Tündével, csoportos fitness instruktoral és személyi edzővel, a funkcionális edzés elkötelezett szakértőjével beszélgettünk.

– Miben más ez az edzésforma, mint egy hagyományos konditermi edzés?

– A funkcionális edzés nem egyszerűen egy újabb edzésforma: egyfajta szemlélet, amelyben az erő, az állóképesség, az egyensúly és a koordináció együtt dolgozik. Olyan mozgásokat gyakorlunk, amelyekre a hétköznapi életben is szükségünk van, miközben megtanuljuk egyre tudatosabban és magabiztosabban használni a saját testünket. A hagyományos konditermi edzés – főleg, ha kizárólag gépeket használunk – inkább alkalmas arra, hogy egy-egy izomcsoportot izoláltan mozgassunk meg. A funkcionális edzésnél ezzel szemben azt szeretnénk elérni, hogy megtanuljunk jól használni a testünket: stabilan, kontrolláltan, több irányban, három dimenzióban. Az erő, az egyensúly és a kontroll egyszerre legyen jelen. Úgy állítom össze a funkcionális és a TRX-edzéseket is, hogy ezekből mindig legyen bennük valami. Számomra a funkcionális edzés tulajdonképpen egy út: megtanuljuk egyre jobban használni a saját testünket. Természetesen izolált gyakorlatokat is végzünk időnként, és súlyzókat is használunk. Ha pedig valakinek például kifejezetten testépítés a célja, nyugodtan kiegészítheti a funkcionális edzést gépes vagy izolált súlyzó gyakorlatokkal.

– Ha a testünk beszélni tudna, milyen panaszokat fogalmazna meg egy átlagos munkanap után?

– Nagyon sokan végeznek ülőmunkát, és sokaknak olyan irodai munkájuk van, ami egész nap komoly koncentrációt és fókusz

igényel. Emiatt nagyon fontos lenne, hogy napi szinten legalább fél órát mozogjunk. Ez nem jelenti azt, hogy mindennap keményen kell edzeni. Ha valaki heti két-három alkalommal el tud jutni edzésre, az már nagyon jó mennyiség lehet a test számára.

– Milyen izmokat használunk a mindennapokban úgy, hogy észre sem vesszük?

– Elsősorban a core, vagyis a törzs stabilizáló izmait használjuk nagyon sok hétköznapi feladatnál. De ha járásról, ülésről, guggolásról vagy lehajlásról beszélünk, akkor valójában egész izomláncok dolgoznak együtt. Nem úgy működik a testünk, hogy például csak egy bicepsz-izom dolgozik. A kar izmai együtt dolgoznak, ugyanígy a lábnál az elülső és a hátsó izomláncok is együtt vesznek részt a mozgásban. Tulajdonképpen ez a funkcionális edzés egyik alapja is:



Rindt Tünde

„nem egyes izmokban, hanem mozgásokban és együtt dolgozó izomláncokban gondolkodunk.

– Hogyan segíthet a rendszeres mozgás a stressz, a rossz alvás vagy a kiégés megelőzésében?

– A rendszeres mozgás természetesen ezekben is sokat segíthet, jó alaphoz tartom. Ugyanakkor a pihentető, megfele-



lő minőségű alvás nem kizárólag a rendszeres mozgáson múlik. Az alvás minőségéhez nagyon sok minden hozzájárul: a stressz, az étkezés időpontja, mennyisége és minősége, a szoba hőmérséklete és sötétsége, a matrac, az alvási környezet, még az is, hogy valaki egyedül vagy valakivel együtt alszik. Tehát a mozgás egy nagyon fontos része az egésznek, de nem az egyetlen része.

– Ha valaki csak heti két alkalommal tud sportolni, már számíthat érezhető változásra?

Igen, különösen akkor, ha a fennmaradó öt napban is van legalább napi fél óra könnyű mozgás. Annak a híve vagyok, hogy apró lépésekkel kell elkezdeni. Ha valaki teljesen „nullkilométeres”, tehát gyakorlatilag semmit nem mozog azon kívül, amit az autó, a munkahely és az otthona között megtesz, akkor már a heti kétszer fél – egy óra is nagyon sokat tud jelenteni. Majd elindul egy folyamat, az ember érzi, hogy feltöltődik, és egyszer csak azt veszi észre, hogy jólesik neki a mozgás.

– Mi az egészséges mérték a sportolásban?

Szerintem ez teljesen emberfüggő. Attól függ, hogy valakinek mi a múltja, milyen állapotban van jelenleg, és mit szeretne elérni. Ha valakinek például sportolói múltja van, de néhány évig nem edzett, valószínűleg egészen más lesz a terhelhetősége és az igénye, mint annak, aki gyerekkorától kezdve szinte soha nem sportolt. Ezért mindenkivel más alapokról indulunk. Személyi edzésen ezt természetesen még könnyebb egyénre szabni.

– Kinek való a funkcionális edzés? Van alsó vagy felső korhatára?

– Gyakorlatilag nagyon sokféle korosztály számára megfelelő lehet, ha a terhelést jól választjuk meg. Egy tinédzser is el tudja kezdeni; ha megfelelő súlyt választunk, és fokozatosan terheljük, nagyon szépen tud fejlődni. Van idősebb vendégem is, akinél ugyanúgy megtaláltuk azt az utat, ami számára megfelelő. Heti kétszer súlyozós edzést végez, amit például gerinctrénninggel, pilatesszel és nyújtással egészít ki. Azt gondolom, idősebb korban nem feltétlenül kevesebbet kell mozognunk, hanem okosabban és szívesebben. Nagyon jónak tartom, ha valaki többféle mozgásformát is be tud illeszteni az életébe. Mindig bátorítom a vendégeimet arra, hogy ha van rá idejük és lehetőségük, próbáljanak ki többféle órát vagy sportot.

■ MÁTÓ ESZTER

Woman 360 a The Clubban

A nőkről szól

Munka, család, mindennapi teendők – a nők általában saját magukra fordítanak a legkevesebb időt. November 14-én, szombaton ezen lehet egy kicsit változtatni: 10 és 18 óra között rendezik meg a WOMAN 360 Női Egészség- és Életmód Napot a törökbálinti The Clubban. A rendezvényről Gelencsér Anett szervező adott tájékoztatást.

A program egy korábbi női egészség-nap tapasztalataiból született. A szervezők szerint nagy az igény arra, hogy a rengeteg, egészséges életmóddal kapcsolatos információ között végre az is kiderüljön, hogyan lehet mindezt a hétköznapiakban is elérhető módon megvalósítani.

A WOMAN 360 öt területet kapcsol össze: a mozgást, a hormonális egészséget, a mentális jóllétet, a táplálkozást és az önismeretet. Előadások, szakmai beszélgetések és workshopok mellett pilates, stretching, mobilizáció, légzés és relaxáció is várja a résztvevőket. A programban a longevit, vagyis az egészségben és aktivitásban megélt hosszú élet, valamint a Kék Zónák szemlélete is megjelenik.

A rendezvény elsősorban a 30–60 év közötti nőket szólítja meg, de minden érdeklődő számára nyitott. Nem kell sportosnak lenni, tökéletesen táplálkozni vagy kész válaszokkal érkezni. A cél sokkal inkább az, hogy mindenki találjon legalább egy olyan gondolatot vagy ötletet, amelyet a saját életében is hasznosítani tud.

A szervezők Törökbálintról, Budaörsről és a környékről is várják az érdeklődőket. A WOMAN 360 egy hosszabb folya-



Gelencsér Anett

mat első állomása lehet, amelyben a The Club a sport mellett az egészséget, a feltöltődést és a közösségi élményt is szeretné erősíteni. Gelencsér Anett szerint néha már egyetlen apró változtatás is fontos lépés lehet afelé, hogy jobban érezzük magunkat a saját életünkben.

■ TBVÚ



Bálinti Úszó Egyesület

Eredményes időszak, új kihívások

Sikerek az országos bajnokságokon, telt házas úszótanfolyamok és új kihívások előtt a Tigrisek. Mozgalmas és eredményes időszakon van túl az egyesület. A nyári hónapokban lezárultak a hosszúpályás országos bajnokságok, versenyzőik több korosztályban is rajthoz álltak, és számos értékes helyezéssel, éremmel, egyéni csúccsal gazdagították a klub eredménylistáját. Eközben az új, 2026/2027-es tanév úszótanfolyamaira is hatalmas érdeklődés mutatkozott: a csoportok mindössze két hét alatt megteltek.



Gyermek- és cápa korosztályú versenyzők

Érmekkel és döntős szereplésekkel zártak a korosztályos országos bajnokságok

A korosztályos országos bajnokságokon idén is komoly kihívás elé álltak az egyesület sportolói. Már az országos bajnokságokon való induláshoz szükséges szintidők teljesítése is jelentős munka eredménye, így minden kvalifikált versenyző szereplése önmagában is elismerésre méltó.

Delfin és Cápa korosztály

Az idei, X. Cápa Országos Bajnokságon 12 versenyzővel képviselte magát az egyesület. A négynapos viadalon öt döntős szereplést ünnepeleltek, miközben több versenyző csupán néhány századdal maradt le a délutáni döntőről.

Kiemelkedő eredményt ért el Horváth Domonkos, aki 100 méteres pillangóúszásban a dobogó harmadik fokára állhatott. Kovács Luca a 200 méteres női gyorsúszásban nyújtott teljesítményével a legnagyobb javulásért járó díjat is elnyer-

te. A női 4×100 méteres vegyesváltó a hetedik helyen végzett. A delfin korosztályban Tóth Artúr és Salazar Della Donna Sebastian egyaránt öt-öt érmet szerzett,



emellett a 4×50 méteres vegyes- és gyorsváltó is bronzérmet szerzett, tovább gyarapítva az egyesület éremtermését.

Gyermek korosztály

A négy napos Országos Gyermek Bajnokságra kilenc versenyző kvalifikálta magát. A sportolók összesen 48 alkalommal álltak rajthoz, és kilenc döntős szereplést harcoltak ki az ország legjobbjai között. További öt alkalommal az egyesület versenyzői tartalékosként várhatták a döntőt, vagyis nagyon közel álltak a legjobb nyolc közé kerüléshez.

Pártos Zsombor 100 méteres mellúszásban ezüstérmet szerzett, míg Varga Dénes Bendegúz 100 méteres gyorsúszásban bronzéremmel zárta a versenyt.

Serdülő korosztály

A serdülő versenyzők között a 4×100 méteres női gyorsváltó képviselte az egyesületet, amely a hetedik helyen végzett.

Ifjúsági korosztály

Az ifjúsági mezőnyben is szép eredmények születtek. Rékasi Zsuzsanna 100 méteres női pillangóúszásban ezüstérmet szerzett, ami különösen értékes teljesítmény egy erős országos mezőnyben. Müller Miron Soma 200 méteres mellúszásban a hatodik helyen végzett, míg a 4×100 méteres mix vegyesváltó az ötödik helyet szerezte meg.



A bajnokságok során rengeteg egyéni csúcs született, és a sportolók számos olyan tapasztalattal gazdagodtak, amelyek a következő szezonban is fontos alapot jelenthetnek. Minden eredmény mögött hosszú hónapok kemény munkája, korán kelések, edzések, izomláz, kitartás és számos lemondás áll. Éppen ezért nemcsak a dobogós helyezésekre büszke az egyesület, hanem minden versenyzőjére, aki egész szezonban magas színvonalon és elkötelezetten dolgozott.

Telt házzal indulnak a 2026/2027-es tanév úszótanfolyamai

Nemcsak a versenyeken, hanem az utánpótlás területén is komoly érdeklődést tapasztal az egyesület. Nagy örömkre a Törökbálinton és környékén élő gyermekek és szülők idén is hatalmas lelkesedéssel jelentkeztek úszótanfolyamainkra. A következő tanévben három új tanfolyami csoporttal bővülnek, és immár 5 éves kortól egészen felnőtt korig várják az úszni vágyókat. A csoportok mindössze két hét alatt megteltek. Tanfolyamaik között heti egy-, két- illetve háromalkalmas csoportok is megtalálhatók, kezdő, középhaladó, haladó és hobbi szinten. A heti kétalkalmas csoportok között kezdő, középhaladó kis- és mélyvízi, valamint haladó és hobbi úszás is szerepel. A heti egyalkalmas lehetőségek között szombati kezdő, középhaladó-haladó és haladó csoportok közül lehet választani, míg a heti háromalkalmas haladó / hobbi csoport kedden, csütörtökön és szombaton várja az úszókat.

A nagy érdeklődés jól mutatja, hogy Törökbálinton és környékén egyre több család számára fontos a rendszeres úszás és a sportolás.

Indul a rövidpályás szezon

A nyáron lezárultak az év hosszúpályás országos bajnokságai, ősszel azonban már új kihívások várnak az úszókra: kezdetét veszi a rövidpályás versenyszezon. A szezon kiemelt eseményei novemberben a felnőtt és korosztályos rövidpályás országos bajnokságok lesznek. A felkészülést szeptember 26-án, a Duna Arénában megrendezett versennyel kezdik meg az egyesület sportolói. Az új szezon új célokat, új lehetőségeket és remélhetőleg újabb szép eredményeket tartogat. Addig is folytatódik a munka az edzéseken, hiszen a következő sikerek alapjait már most kell lerakni. Szurkoljunk együtt a Bálinti Úszó Egyesület Tigriseinek!

■ MÁTÓ ESZTER



A Tököl elleni 4-1-es győzelemmel továbbjutott csapat

Törökbálinti Labdarúgó Club 1923 - United Shipping Törökbálint

Az egyesület örömmel számol be arról, hogy valamennyi korosztályuk megkezdte az őszi bajnoki szereplését. Különösen fontos eredmény számukra, hogy az U11-es és az U13-as korosztályban egyaránt két csapatot tudtak indítani, ami jól mutatja az egyesület folyamatosan bővülő utánpótlásbázisát.

A férfi felnőttcsapat szeptember végéig a bajnokságban három győzelmet aratott és egyszer játszott döntetlent. A Magyar Kupában két megyei II. osztályú csapatot győzött le, a Tököl 4-1-re, a Piliscsát egészen meglepő különbséggel

12-0-ra. A következő fordulóban az ugyancsak megye kettős Üllő lesz az ellenfél, 2027. február 13-14-i hétvégén.

A női felnőttcsapat is több mérkőzésen van már túl, stabilan, eredményesen és jó színvonalon teljesít, szakmailag is biztató képet mutat.

Rész vettünk a Törökbálinti Napok rendezvényén és az immár hagyományos sportágválasztón, ahol a helyi közösséggel és a sport iránt érdeklődő gyermekekkel, családokkal is találkozhattak. A szezon első időszakának tapasztalatai alapján az egyesület valamennyi területen – az utánpótlásnevelésben, a felnőttcsapatok szereplésében és a közösségi jelenlétben egyaránt – folyamatosan fejlődik. ■ ME

Törökbálinti Yama Karate Sportegyesület

Nyári táboraik után, szeptemberben megkezdődtek szervezett edzéseik. Továbbra is 3 helyszínen, Törökbálinton, Sósúton, Pusztázámon. A versenyszezon is megkezdődött számukra, ahol az októberi SKDUN Shotokan Világbajnokságra készül csapatuk haladó része. Ennek a felkészülés-

nek első állomása volt az idei Szerencs-kupa. Elért eredményeik: Dahner Gábor 16-17 éves férfi kategória, kata 1. helyezett, Dahner Gábor 17-18 éves férfi kategória, kata 2. helyezett, Kovács Egon 14-15 éves férfi kategória, kumite 1. helyezett, Tóth Soma 12-13 éves fiú kategória, kumite 1. helyezett, Kovács Iván 12-13 éves fiú kategória, kumite 2. helyezett. ■ ME



Szintet léptünk!

Törökbálint

Megújult a hálózatunk, megérkezett a gigabites net

fél évig **kedvezményes!**

online rendelés:
pr.hu/csomagajanlatok



3 hónapig
díjmentes

R T L +
prémiummal!



Prémium Full TV + Gigabit internet

6 hónapig 8 990 Ft

7. hónaptól 10 990 Ft

A feladatokat haviórán 12 hónapra vagy későbbi időre is el lehet támasztani. A feladatokat haviórán legalább 12 hónapra lehet támasztani, és a feladatokat haviórán legalább 12 hónapra lehet támasztani.



or-telecom
közelebb a világhoz - közelről egymashoz