

A közösség
magazinja

ZALASZENTGRÓT

XXXIV. ÉVFOLYAM 7. SZÁM • 2026. JÚLIUS

STABILIZÁLÓDOTT A VÍZELLÁTÁS

A háttérben nem egyetlen meghibásodás áll: a szakemberek szerint a probléma hosszú évek alatt alakult ki.

4-5. oldal

AUGUSZTUSBAN ÚJRA TIVORNYA

Már csak néhány hét, és esténként újra a Liget válik a város központjává. Bemutatjuk a Tivornya legnevesebb fellépőit.

8-9. oldal

MÁRIS AZ ÉLMEZŐNYBEN

Mindössze két éve kezdte el a rallycross-versenyzést Kovács Noel Péter, és már a Junior Kupa összetett harmadik helyén áll.

12. oldal



Foto: Mészáros T. László

Zalaszentgrót minnapijában a legfontosabb eseménnyé sajnos a június 23-án életben lépett másodfokú vízkorlátozás vált. Ennek hátteréről, a megtett intézkedésekről, valamint a sporttelep használatát rögzítő megállapodásról és egy portugáliai programról kérdeztük Baracska József polgármestert.

• BUZA BEÁTA



VÁROSHÁZA

Szembenézni a valósággal

• Már a tavalyi kánikulai napok idején is volt vízkorlátozás. Az önkormányzat előtt tudott volt, hogy ezt idén sem lehet elkerülni, ha nagyon meleg lesz. Mi történt ez alatt az egy év alatt? Miért nem sikerült megoldást találni?

– Ha röviden szeretnék válaszolni: azért, mert egy év alatt nem lehet évtizedek hiányosságait pótolni, de válaszok hosszabbban is. Nézzük a tényeket! 1. Jelentősen nőtt a vízfogyasztás, miközben az elmúlt tíz évben több mint 1000 fővel csökkent a lakosok száma. Vagyis: a kevesebb ember sokkal több vizet használ fel. 2. A víziközműrendszerek – kutak, át-emelők, csőhálózat, tisztítóművek – a nyolcvanas években épültek ki. Ezek komoly műszaki berendezések, amelyek – akárcsak a saját háztartási gépeink, autóink – elavulnak, ezért indokolt a cseréjük, fejlesztésük. Ez sok pénzbe kerül, ami nem áll rendelkezésre sem az önkormányzatoknál, sem a szolgáltatónál. 3. 2012 óta a rezsi-csökkenés jegyében az Orbán-kormány befagyasztotta a víztér fizetendő díjakat. Tehát a fogyasztók 15 éve ugyanannyit fizetnek az ivóvízért, miközben minden drágult, sőt a Zalavíz Zrt-től, különböző adók formájában jelentős összegeket vont el az állam, szinte a csőd szélére

lökve a vállalatot. 4. Pazaroljuk a vizet. A mai kor embere szereti a kényelmet. Megszokta, hogy kinyitja a csapot, és abból iható, egészséges ivóvíz folyik. Szinte senki sem gondol bele abba, hogy mekkora utat jár be a föld alól, a kutakkal kiemelt víz a csapig. Mennyi áramra, csővezeték-re, mennyi dolgozó közreműködésére van ehhez szükség. 5. A Zalaszentgrótot és a rendszeren lévő településeket ellátó kutakból egyre kevesebb víz hozható a felszínre, egyszerűen azért, mert elfogyott a vízadó rétegből a víz. Új, mélyebb kutak kellenek. Egy új kút fúrása időben egy év: tervezni, engedélyeztetni, fúrni kell, a kiemelt vizet új csövön bevenni a tisztítóba. Mai áron ez a folyamat 100-150 millió forintba kerül. Hosszú távon viszont erre van szükség, illetve arra, hogy az eddigi szokásainkat megváltoztatva, kevesebb vizet használjunk el. Vessünk véget a pazarlásnak!

• 29 önkormányzat a tulajdonosa a víziközmű-rendszernek. Sikerült közös döntést hozni a helyzet javítására?

– Ez még várat magára. A Zalavíz körülbelül egy éve jelezte min-

den tulajdonosnak, hogy az egyik most még vizet adó kút meghibásodott, és az úgynevezett melléfúrás adhat megoldást arra, hogy még egy darabig képes legyen vizet adni. Ennek a bekerülési költségét – több mint 60 millió forintot – a 29 településnek a tulajdonuk arányában kellett volna összeadniuk. Zalaszentgrótot vállalta a maga részét, a többi településen pedig – jobbára arra való hivatkozással, hogy nincsen pénzük – nem született döntés. Nem szeretnék senkire sem mutogatni, de elkerülhetetlen, hogy a kisebb települések polgármesterei is szembenézzenek a valósággal. Nem biztos, hogy a sportöltöző a legfontosabb...

• A valóságban is forró napjaik voltak. Hogyan sikerült a kialakult vízhiányos helyzetet kezelni?

– Sokan nem tudják, de a hivatal munkatársainak, és nekem is, évente kötelező részt vennünk katasztrófavédelmi gyakorlaton. Most tapasztalhattuk, hogy ez mennyire hasznos mindannyiunknak. Tudtunk azonnali döntéseket hozni, tudtuk, mit tegyünk, hova forduljunk. Összehangoltan dol-

goztunk ebben a helyzetben mindannyian.

• Miért kellett új megállapodást kötni a sportpálya használatáról a városi fociklubbal?

– A sportpálya területe önkormányzati tulajdon. A működtetője – a használati megállapodás szerint – az egyesület. Erről 2020-ban kötöttünk megállapodást, ideje volt felülvizsgálni. Jogokat, kötelezettségeket szabályoztunk. Az egyesület a saját költségén köteles az állagmegóvásra, karbantartásra. Emellett a sportpálya nemcsak a versenysportot, az utánpótlást szolgálja, hanem a tömegsportot is. Azt tehát a lakosság – meghatározott házirend szerint – ingyenesen használhatja. Ezt a házirendet a klub kifüggeszti a bejáratához, minden látogató el tudja olvasni.

• Miért utazott Portugáliába?

– Június elején vettem részt a TÖÖSZ képviseletében Braga városában egy fenntarthatósággal foglalkozó nemzetközi programon. A találkozó alkalmat adott a tapasztalatcsere: mit tudnak tenni a települések a fiatalok megtartásáért, a zöld átállás megvalósításáért – és ez nálunk különösen aktuális – a vízzel való bánásmóddért. Sok új ismerettel gyarapodtam.

Elismerések a gyógyító munkáért

Semmelweis-nap alkalmából tartott ünnepséget az Egészségügyi Központ

• SÁMEL JÓZSEF

Hagyományosan ünnepélyes keretek között köszöntötte dolgozóit a Zalaszentgróti Egészségügyi Központ Semmelweis-nap alkalmából. Az Árkádiában rendezett eseményt a Himnusz után kulturális műsorral nyitották meg.

Az ünnepségen Baracska József, Zalaszentgrót polgármestere mondott köszöntőt. Beszédében hangsúlyozta, hogy a város és a járás lakói szerencsés helyzetben vannak, hiszen magas színvonalon működő járóbeteg-szakellátó központ szolgálja az itt élők egészségét.

– Évről évre összegyűlünk Semmelweis-napon, hogy megköszönjük azt az áldozatos munkát, amelyet az egészségügyben dolgozók nap mint nap végeznek a lakosság biztonságáért és gyógyulásáért – fogalmazott a polgármester.

Kiemelte, hogy a jól működő szakrendelő, az alapellátás, a gyógyszerár, a védőnői- és a mentőszolgálat, valamint az Egészségfejlesztési Iroda együttesen biztosítják azt a hátteret, amelyre a térség lakói számíthatnak. Baracska József külön méltatta az intézmény összetartó közösségét, amelynek erejét jól mutatja, hogy a nyugdíjba vonult munkatársak is szívesen térnek vissza rendezvényekre, találkozókra. Végül köszönetet mondott az intézmény valamennyi dolgozójának, valamint dr.

Al-Yari Mohamed intézményvezető főorvosnak az elmúlt évek munkájáért.

Dr. Al-Yari Mohamed beszédében az elmúlt évtized fejlesztéseit

tételével javították a betegellátás feltételeit. Kiemelte az Egészségfejlesztési Iroda tevékenységét, amely jelentős szerepet vállal a prevencióban, az egészségtudatos életmód népszerűsítésében és a lakossági programok szervezésében. Ugyanakkor szólt az egészségügy előtt álló kihívásokról, mindeneke előtt az orvoshiányról, amely országosan egyre nagyobb gondot jelent.

Végül köszönetet mondott a

amelyet a gyermekágyi láz elleni harcban és az orvostudomány fejlődéséért folytatott. A rendezvény végén hagyományosan elismeréseket adtak át, az intézmény vezetése köszönetet mondott azoknak a munkatársaknak, akik kiemelkedő szakmai munkájukkal járultak hozzá a Zalaszentgróti Egészségügyi Központ eredményes működéséhez.

Dr. Al-Yari Mohamedtől és Baracska Józseftől elismerést ve-



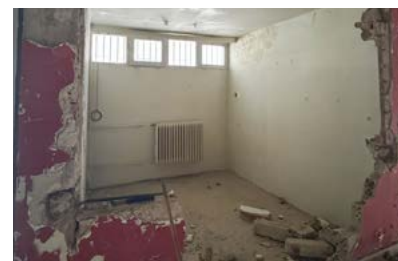
összegezte. Elmondta, hogy mintegy negyedmilliárd forint pályázati forrásból sikerült korszerűsíteni az intézményt: új orvosi eszközök beszerzésével, informatikai fejlesztéssel és az épület komfortosabbá

fenntartóknak, valamint az intézmény munkatársainak.

Az ünnepség részeként az intézmény munkatársa, Unger Mónika idézte fel Semmelweis Ignác életútját és azt a kitartó küzdelmet,

hetett át Szabó Rita szakápoló, asszisztens, Tarlaczné Rosta Eszter, a tőrsi háziorvosi praxis munkatársa, dr. Szántai Gábor háziorvos, dr. Rác Szabolcs radiológus főorvos, valamint dr. Nikl János neurológus.

Bő másfél évvel az irodahelyiségek és hét hónappal a klubterem új köntösbe öltöztetése illetve légkondicionálása után június végén megkezdődtek a bontási munkák a Városi Művelődési Központ előterében is. Zalaszentgrót városának döntése alapján mintegy 30 millió forintból valósul meg az épületrész felújítása. A várhatóan augusztus 20-ig tartó munkálatok során újjákarossolják a főbejárat ajtóit, megújul az előtér mennyezete, egy síkba kerülnek a falak, átépítik a büfé, és a könyvtár folyosója is megújul. Mindemellett lehetővé válik az előtér légkondicionálása is.



Stabilizálódott az ivóvízellátás

Az I. fokú korlátozás érvényben marad az új ivóvízkút üzembe helyezéséig

• KISS-REZES ESZTER

Az elmúlt hetekben Zalaszentgrótot és a térség 29 települése rendkívüli vízhiányos helyzettel szembesült. Több városrészben nyomáscsökkenés, a magasabban fekvő területeken pedig átmeneti vízhiány volt tapasztalható. A háttérben azonban nem egyetlen meghibásodás áll: a szakemberek szerint a probléma hosszú évek alatt alakult ki. Az elmúlt hetekben számos szervezet dolgozott azon, hogy minden településen helyreálljon a vízellátás, ugyanakkor a szakemberek szerint továbbra is elengedhetetlen a takarékos vízhasználat.



Június végére kritikussá vált a vízellátási helyzet a zalaszentgróti víziközmű-rendszerhez tartozó 29 településen. A Zalavíz Zrt. tájékoztatása szerint a víztározó medencék tartalékai gyakorlatilag kiürültek, ezért több településen nyomáscsökkenés, a magasabban fekvő területeken pedig átmeneti vízhiány alakult ki. A legsúlyosabb helyzetben Bazsi, Döbröce, Kisgörbő, Nagygörbő, Sümegcsehi, valamint Zalaszentgrót több magasabban fekvő városrésze volt.

A szakemberek szerint ugyanakkor ez a helyzet nem néhány nap vagy hét alatt alakult ki. Több, egymást erősítő tényező vezetett oda, hogy a rendszer már nem tudta kiszolgálni a megnövekedett igényeket. Az elmúlt években jelentősen nőtt a vízfogyasztás, pedig a térség lakossága csökkent. Ezzel párhuzamosan az éves csapadékmennyiség is jelentősen visszaesett, a térséget ellátó kutak vízhozama így folyamatosan csökkent, ráadásul az egyik kút kifogyott. Mindezt tovább nehezíti, hogy a víziközmű-hálózat jelentős része több évtizede épült, így korszerűsítésre szorul.

A kialakult helyzet miatt június 23-án II. fokú vízkorlátozás lépett életbe, amely tiltja a közmű-hálózatról vett vízzel való tömlős locsolást, autómosást, medencék töltését. A zalaszentgróti önkormányzat még aznap válságstábot hívott össze az érintett szakemberek, intézményvezetők és tanácsnokok részvételével, majd

egyeztetést folytatott a Zalavíz Zrt. vezetőivel is. A cél az volt, hogy összehangolt intézkedésekkel biztosítsák a lakosság alapvető vízellátását, és minél gyorsabban enyhítsék a kialakult helyzetet.

Az önkormányzat több intézkedést vezetett be. Felvették a kapcsolatot a nagy vízfogyasztó gazdálkodó szervezetekkel a fogyasztás csökkentése érdekében, ideiglenesen leállították az autómósó működését, megszervezték és kiírták a vízvételi pontokat, valamint a fürdési, mosási és vízszállítási segítséget azok számára, akiknél átmenetileg megszűnt a vezetékes vízellátás. A Zalavíz Zrt. és az önkormányzat lajtos kocsikkal biztosította a vízellátást a legsúlyosabban érintett településeken és városrészekben.

Már az első egyeztetéseken egyértelművé vált, hogy a rendszer csak akkor stabilizálható, ha jelentősen csökken a vízfogyasztás. A szakemberek legalább húsz százalékos megtakarítást kértek a lakosságtól és a nagy vízfogyasztóktól. Ennek oka, hogy a probléma nem egy egyszerű meghibásodásból fakadt, hanem abból, hogy tartósan több vizet használt fel a térség, mint amennyit a kutak és a vízbázis pótolni tudtak. A helyzet kezelésére rendkívüli egyeztetést hívtak össze a rendszerhez tartozó mind a 29 település vezetőinek részvételével, ahol a szakemberek



ismertették a kialakult helyzetet és a szükséges intézkedéseket.

A vízellátás helyreállítása érdekében a Zalavíz Zrt. a Honvédség illetve a DRV Zrt. segítségével megkezdte a víztározó medencék folyamatos feltöltését, miközben további lajtos kocsikat is a térségbe irányítottak. Ennek köszönhetően néhány napon belül fokozatosan helyreállt a szolgáltatás valamennyi településen.

Ezzel párhuzamosan folytatódott az új, 190 méter mély ivóvízkút kivitelezése is. Az új kút várhatóan javítja majd a térség vízellátásának biztonságát, azonban a szakemberek hangsúlyozták, hogy önmagában ez sem jelent végleges megoldást, hosszú távon további kutak létesítésére, a vízbázis megerősítésére illetve a víziközmű-hálózat korszerűsítésére is mindenképp

szükség lesz. Az elmúlt hetek a térségi összefogás erejét is megmutatták. Az önkormányzatok, a Zalavíz Zrt., a katasztrófavédelem, a honvédség és számos intézmény folyamatosan együtt dolgozott a helyzet kezelésén. A PENNY Magyarország, valamint partnerei – a Coca-Cola HBC Magyarország Kft. és a Fonte Viva Kft. – több kamionnyi ásványvízzel segítik a térség 29 településének lakóit. Az adományból már a zalaszentgróti szociális intézmények, az egészségügyi szolgáltatók, a mentők, a rendőrség, a tűzoltóság, a bölcsőde, óvoda, gyermektáborok és az idősek otthona is részesült, valamint hamarosan a lakosság részére is szétosztásra kerül.

Jelenleg a zalaszentgróti víziközmű-rendszerhez tartozó valamennyi településen ismét biztosított lett a vezetékes vízellátás, és július 2-án a Zalavíz Zrt. hivatalosan is kezdeményezte a II. fokú vízkorlátozás visszavonását. A szolgáltató tájékoztatása szerint az önkormányzatok intézkedéseinek, a

lakosság fegyelmezett víztakarékosságának, valamint az időjárás kedvezőbb alakulásának köszönhetően a vízellátó rendszer jelenleg ismét stabilan működik.

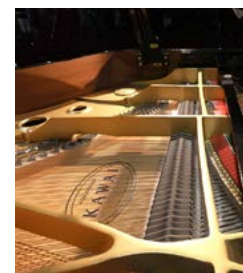
A helyzet rendezése érdekében sokat segített a Honvédség is, akik egész héten nagy kapacitású tartálykocsikkal szállították a vizet a DRV Zrt.-től a térség víztározó medencéibe. Az I. fokú vízkorlátozás ugyanakkor továbbra is érvényben marad az új ivóvízkút üzembe helyezéséig, mivel a nyári időszakban bármikor ismét jelentősen megnövekedhet a vízfogyasztás.

Az elmúlt hetek eseményei rávilágítottak arra, hogy az ivóvíz nem korlátlanul rendelkezésre álló erőforrás, hanem közös természeti kincsünk. A hosszú távú megoldást nemcsak az új kutak és a hálózat fejlesztése jelentheti, hanem az is, ha mindannyian tudatosabban bánunk a vízzel. Minden megtakarított liter hozzájárul ugyanis ahhoz, hogy a térség ivóvízellátása a jövőben is biztonságosan működhessen.



Fotó: Mészáros T. László

Zongoraavató koncert



Egy új zongora kezdetben néma titok. Nemes fák, fémhúrok és számos másfajta anyag precíz, mesteri találmánya - egy gyönyörű test, amely arra vár, hogy megszülessen benne a lélek. Mert a zongora nem csupán egy tárgy, hanem egy kapu. Kapu, amely a fizikai valóságot összeköti az emberi lélek legmélyebb, szavakkal kifejezhetetlen rétegeivel.

Erről is beszélt Virrasztó Zsolt, a Városi Művelődési Központot működtető SZE-VA GRÓT Nonprofit Kft. kulturális ágazatának cégvezetője azon a június 12-ei koncerten, amelyen először mutatták be Zalaszentgróton új Kawai GL-50 típusú hangversenyzongoráját a nagyközönség előtt. A koncert résztvevőit Baracska József, a város polgármestere és Bodnár Sándor, a Zalaszentgróti Erkel Ferenc Alapfokú Művészeti Iskola igazgatója is köszöntötte.

Azt ugyan már nem tudni pontosan, hogy mikor szólalt meg először a VMK korábbi, máig megőrzött zongorája, de azt igen, hogy körülbelül 20 évvel ezelőtt nemult el. Megőregedett, javíthatatlanná, használha-

tatlanná vált. Az egyébként öt esztendő, de gyakorlatilag teljesen újszerű állapotban lévő hangszer megvásárlásához a város képviselő-testületének döntése alapján Zalaszentgrót önkormányzata biztosított forrást, és május elején került a VMK tulajdonába. A hangversenyzongora természetesen nem csupán a város, hanem a városkörnyék és az egész Zalaszentgróti járás kulturális életét színesíti majd a jövőben.

Az új Kawai hangversenyzongora a június 12-ei koncerten egyébként valóban kaput nyitott a lélek szavakkal kifejezhetetlen rétegeihez. Elsőként Gáspár Nóra, az Erkel AMI növendéke szólaltatott meg rajta egy Bartók Béla-darabot, majd az intézmény művész-tanárai léptek fel: Hajas Klaudia (fuvola); Kovácsné Arany Franciska (cselló); Magyar Enikő (brácsa); Bodnár Sándor (oboa) és Johann Attila (tuba). Az intézmény felnőtt növendékei közül Nyíró Bertalan klarinéton játszott el egy Paul Jeanjean-szerzeményt. Mindannyiukat Kristoph Pavel zongoraművész kísérte.

A zongoraavató est második felében Wolfgang Amadeus Mozart (nagy) A-dúr zongoraversenyét mutatta be a Zalaegerszegi Szimfonikus Zenekar. A szólista Tóth László zongoraművész volt, a zenekart Bognár Ferenc vezényelte.



Fotó: Pirci Klaudia

Ballagás 2026

– Ma egy olyan évfolyamtól búcsúzunk, akiket biztosan nem fogunk elfelejteni. Nem azért, mert a tankönyvek iránti lelkesedésük legendás lett volna, hanem azért, mert mindig tudtak valami mást adni: humort, energiát, kreativitást, meglepetést, feladatokat, fejlődést, és olyan tehetségeket, amelyek messze túlmutatnak az iskolapadon – ezekkel a szavakkal búcsúzott június 20-án délelőtt a Deák Ferenc Általános Iskola és Gimnázium nyolcadikosaitól Dufkáné Vincze Mária főigazgató.

A meghitt ünnepségen köszöntötte a ballagókat Baracs-

kai József polgármester is, majd számos elismerés talált gazdára.

A Deák Ferenc Általános Iskola és Gimnázium legrangosabb kitüntetését a kimagasló tanulmányi, sport- és kulturális területen elért eredményekért járó Deák-plakettet Seres-Asperján Emma 8.a, Léhner Lilla és Lohonya Borka 8.b osztályos tanulók vehették át.

Könyvjutalomban részesült illetve oklevelet vehetett át továbbá: Beled Hanna, Csiszár Emma Zsuzsanna, Szarka Csepke, Tordai Kitti, Fincza Sára Kata, Kurucz Zsófia, Balog Zsolt Zétény, Pados Dóra, Bony-

hárd Sára Tamara, Korcsmáros Zsófia Klára, Gondos-Besze Zorka, Madler Krisztián Kristóf, Beled Júlita, Orczi Száva, Bognár-Deák Zsanna, Drábóczy Patrícia, Szijártó Imre Kristóf. Átadták az Év diákja elismerést is; ezt a 2025/2026-os tanévben Pados Dóra 8.a illetve Hammer Nóra 8.b osztályos tanulók érdemelték ki.

A hagyományokhoz híven magánemberként Baracska József polgármester is adott át kitüntetést okleveleket; ideén Seres-Asperján Emma és Bonyhárd Sára Tamara vehették át ezeket.

Vári Mária alpolgármester, az

iskola pedagógusa a Zalaszentgróti inspiráló tehetsége díjat adományozta Korcsmáros Zsófia Klárának és Szarka Csepkének, Fuizs Zsuzsanna, a helyi OTP-fiók vezetője pedig ugyancsak magánemberként jutalmazta Nagy Emese Csenge 8.a illetve Girdán Anna 8.b osztályos tanuló teljesítményét.

A Tegyük Együtt Szentgróti Egyesület szintén évek óta részesít elismerésben búcsúzó diákokat. Ezúttal Nagy Jonatán 8.a és Kovács Leila Alojzia 8.b osztályos tanulók vehették át a TESZ különdíját Dókáné László Zsuzsannától, az egyesület elnökétől.

• V.ZS.

Gáborom: a Kultúrtivornán debütál az új lemez

• VIRRASZTÓ ZSOLT

A Kultúrtivornán, a SUNGRÓT 2026 rockest-jén debütál augusztus 6-án este Máté P. Gábor új, a Kint a Bárány zenekarral közösen készített lemeze.

A város kulturális életében, sőt az ős-Tivornya létrehozásában is meghatározó szerepet játszó színész, rendező, zenész annak idején barátokkal, művésztársakkal közösen készítette el az első, Gáborom című lemezét, ám koncertezni nem volt könnyű, hiszen a tagok elfoglaltsága miatt nehezen ment az időpont-egyeztetés.

Mivel a második lemezt eleve gitárcentrikusabbra szeretné formálni, most a helyi erőket fel-

vonultató Kint a Bárány zenekart kérte fel közreműködésre, hiszen az együttesnek amúgy is ő írja a dalszövegeit.

– Én hoztam a dalszövegeket, a hangszerelést pedig igazából ők végezték már, az együttes frontembere, Simon Balázs vezetésével.

A dalok fele egyébként már vagy 10 éves, de ahogy jöttek, mentek is az íróasztalra. Az a gondolat azonban, hogy ezeket a Kint a Báránnyal közösen életre lehet kelteni, előcsalogatta a szövegeket a nyugvóhelyükről, és aztán tulajdonképpen ízig-vérig szent-

gróti produkció született, amely a Tivornán azonnal nagyszínpadra kerül, hol líraiabb, hol zúzóssabb hangulatot idézve. Igaz, az egyik dalt, amelynek Fonjunk lelket! a címe, tulajdonképpen már hallhatta is a közönség, hiszen a Kint a Bárány tavalyi Tivornya-koncertjén része volt a set listnek.

Máté P. Gábor szerint a Gáborom feat. Kint a Bárány formációval nagyobb az esélye annak, hogy máshol is be tudják mutatni az albumot, hiszen a Kint a Bárány folyamatosan próbál és koncertező zenekar, és az sem kizárt persze, hogy ennek a lemeznek, ennek a felállásnak is lesz folytatása, mert azóta is született már újabb dal.

Addig is: Gáborom feat. Kint a Bárány augusztus 6-án, csütörtökön este a Kultúrtivornya – SUNGRÓT 2026 nagyszínpadán, ahol fellép a Tanksapka és a Hollywoodoo is.



Huszonöt éves a termálfürdő

• KISS-REZES ESZTER

Június 21-én ünnepelte fennállásának 25. évfordulóját a Szent Gróth Termálfürdő. A jubileumi rendezvény egyben a nyári szünidő méltó nyitánya is volt. A napsütéses, meleg időjárásnak köszönhetően egész nap sokan látogattak ki a fürdőbe, különösen a gyermekes családok.

A születésnap alkalmából a fürdő külön ajándékkal kedveskedett a fiataloknak: a 14 év alatti gyermekek ezen a napon ingyenesen léphettek be. A vendégeket egész délután változatos programok várták. A gyermekek nagy örömeire óriásbuborék-készítés, fa ügyességi és logikai játékok, valamint Mutyi bohóc vidám műsora gondoskodott a jó hangulatról.

A rendezvény 13 órakor kezdődött, amikor Tóth István fürdővezető köszöntötte a vendégeket és ismertette a délutáni programjait. Ezt követően Vári Mária alpolgármester mondott ünnepi köszöntőt, amelyben felidézte a termálfürdő kútjainak és létesítményeinek építési történetét; azt a folyamatot, amely lehetővé tette, hogy Zalaszentgrótot ma saját fürdővel rendelkezzen.

A hivatalos program egyik legjobban várt pillanata a születésnapi torták felvágása volt. Az alkalomra két különleges torta készült Sznopek Veronika, a 2021-es



Mestercukrász verseny győztese jóvoltából. Az egyik torta zalakocka ízesítésű, míg a másik egy könnyed epres-mascarponés desszert volt. A torták mellé házi készítésű macaronok is érkeztek, amelyek szintén nagy sikert arattak a vendégek körében.

A délután során az Albatrosz Táncegyüttes látványos és dinamikus műsora kápráztatta el a közönséget. Az akrobatikus elemekkel színesített előadás hosszú tapssal jutalmazta a közönséget. A programot vízitorna-bemutató is gazdagította, amelybe az érdeklődők aktívan be is kapcsolódhattak, ez

a mozgásforma szintén hozzájárul az egészséges életmód megőrzéséhez.

Akik éppen nem a műsorokat nézték, azok a strand különböző pontjain elhelyezett ügyességi és logikai fajtékokkal tölthették idejüket, vagy egyszerűen élvezhették a medencék nyújtotta kikapcsolódást.

A Szent Gróth Termálfürdő immár 25 éve meghatározó része Zalaszentgróti életének. A több medencével rendelkező fürdő minden korosztály számára kínál kapcsolódási lehetőséget, legyen szó pihenésről, családi prog-

ramról vagy aktív feltöltődésről. Városunk különösen szerencsés helyzetben van, hogy saját termálfürdővel rendelkezik. Fontos kiemelni, hogy a fürdő vízellátása saját kútról történik, nem pedig a közüzemi ivóvízhálózatról, így a jelenlegi vízkorlátozások nem érintik működését.

A Szent Gróth Termálfürdő nem csupán egy fürdő, hanem a közösségi élet fontos találkozóhelye is, ahol generációk gyűjthetnek közös emlékeket.

A létesítmény továbbra is szeretettel várja vendégeit a nyári szezon teljes időtartama alatt.

Új tag a gazdasági bizottságban

Új tagot választott a gazdasági és pénzügyi bizottságba legutóbbi, június 25-ei ülésén Zalaszentgróti város képviselő-testülete.

A változtatásra azért van szükség, mert a testület egyik korábbi tagja, Szabó Tibor az április 12-ei országgyűlési választások eredménye alapján parlamenti mandátumot szerzett a TISZA országos listájáról, ezért a bizottságban már nem folytathatta a munkáját.

Helyére Baracska József polgármester Zsuppán Józsefet javasolta, mert széles körű ismeretekkel rendelkezik mind az önkormányzati munka, mind a térségfejlesztés területén, a zalaszentgróti önkormányzatnál végzett munkája során pedig közvetlenül ismerhette meg a lakosság mindennapi problémáit.

Zsuppán József egyébként jelenleg Szabó Tibor országgyűlési képviselő kabinetfőnökeként dolgozik.

PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

Zalaszentgróti város képviselő-testülete önkormányzati ingatlanok haszonbérletére nyilvános pályázati felhívást tesz közzé.

A pályázati felhívással érintett ingatlanok:

- Zalaszentgróti 010032/22 hrsz
- Zalaszentgróti 010032/2 hrsz

A részletes pályázati kiírás megtekinthető a Zalaszentgróti Közös Önkormányzati Hivatal műszaki osztályán, illetve a www.zalaszentgrót.hu honlapon.

A pályázat beadásának határideje: 2026. július 20. (hétfő) 9 óra.

Baracska József sk.
polgármester



A valódiban hisz

„Én nem a hatalmas show-műsorban látom egy produkció értékét, én inkább énekelni szeretek, akár egyedül a színpadon, önmagamat zongorával kísérve.” Krisz Rudi, az ezredforduló utáni évtized egyik legismertebb hazai előadója vallja ezt.

Krisz Rudi nevéhez a 2000-es években olyan slágerek kötődtek, mint a Homokba rajzolt szerelem, a Keresem a szót, vagy az első kislemezsikere, az Egy pillanat itt maradt. Ezek a romantikus hangulatú dalok a mai napig gyakran kerülnek elő a diszkókban vagy házibulikban, hiszen a retro hullám közel negyedszázad elteltével is tovább élteti őket, ahogy előadjuk is egyre gyakrabban bukkan fel a hazai koncertszínpadokon.

Az énekes a 45. születésnapját ünnepli idén, s ennek apropóján szeptemberben a budapesti Barba Negrában lép közönsége elé. De nemcsak ott, hanem számos más helyszínen is az országban, hiszen Krisz Rudi a mai napig közkedvelt előadó, aki fülbemászóan dallamos zenéjével és intim hangulatú koncertjeivel generációkat hódított meg.

meg. Tudja magáról, hogy már régóta nem tartozik az aktuális sztárok közé, de nem is vágyik rá, hiszen sokkal ellentétben nem látványban és a grandiózus show-elemekben látja az érvényesülés útját, hanem



az énekekben és a hangszeres zenében, vagyis a valódi előadóművészeti teljesítményben.

„Akárcsak a többi koncertemen, úgy Zalaszentgróton is egy ilyen jellegű műsorral lépek a közönség elé. Én a pályafutásom során mindig önmagamot adtam, most sem cselekszem másként, bár a világ sokat változott. Viszont ettől maradok továbbra is az, aki mindig is voltam.” – fogalmazta meg.



A hagyományos popzenében még viszonylag szokatlannak tűnő hangszert, a cselőt állítja zenéje központjába a szombathelyi fiatalok által alapított Culture Cuvée együttes. A 2020 óta létező könnyűzenei formáció ennek köszönhetően rendkívül izgalmas, egyéni hangzásvilágot képvisel, s mint az a borászattal harmonizáló nevékből is adódik, mindezt még műfaji sokszínűséggel is párosítja. Az ország nyugati részén – elsősorban a vasi térségben – egyre nagyobb népszerűségnek örvendő Culture Cuvée közismert hazai és külföldi slágereket, pop, rock, funk, reggae és világzenei melódiákat adnak elő elegáns, de mégis bulis attitűddel, harmonikus koncertélményben részesítve ezáltal a hallgatóságukat.

Kultúrtivornya: SUNGRÓT 2026

Ha nyár, ha augusztus, akkor Szentgróti Kultúrtivornya, amikor a város központjává esténként átmenetileg a Liget válik. Augusztus 4. és 9. között ismét igazi fesztiválhangulat várja majd a kikapcsolódni, szórakozni vágyó zalaszentgrótiakat, a város környékén élőket és persze a távolabbról érkezőket. Ezt szolgálja majd a szórakoztató színházi előadás, a sok-sok kiváló zenei produkció, az ízek, zamatok, illatok kavaládja, és most másodszor a „Mi kenyérünk” elnevezésű gasztroprogram is az öreg platánok alatt.

A nyár legnagyobb folkzenei fesztiválját hozta létre szűk egy hónappal ezelőtt, július 5-én a Budapest Parkban a Csík zenekar, majd az ott megtartott koncertjük hangulatával ajándékozzák meg a 2026-as Szentgróti Kultúrtivornya közönségét is. Az immár közel négy évtizedes múltra visszatekintő Kosuth-díjas zenei formáció lesz az idei SunGrot Fesztivál első számú fellépője.

A Csík zenekar fogalom a hazai zenei színtéren, nevüket nemcsak az autentikus folk, de a könnyűzene kedvelői is jól ismerik. Az 1988-ban alapított együttes népszerűsége többek közt a pop- és rockzenei feldolgozásainak, illetve az olyan közös produkcióknak köszönhető, mint a Kispál és a Borz tagjaival való együttműködés. A zenekar a 2026-os nyári szezonban többek közt a magyar főváros legnagyobb szabadtéri koncerthelyszínén, a több mint tízezer fő befogadására alkalmas Budapest Parkban adott koncertet. – Erre a koncertre egy családi

Csík Folk Fesztivál - Zalára hangolva



nap részeként került sor – mondta Szabó Attila, a zenekar hegedűse. – Az általunk Csík Folk Fesztiválnak nevezett eseményre azokat a velünk gyakran közösen fellépő, bárati előadókat hívtuk meg, akik bár

önállóan nem tudnak ekkora helyszínt megtölteni, ám közösen olyan zenei élményt tudunk nyújtani a hallgatóságunknak, amit el tudnak raktározni maguknak a következő találkozásunkig. Ennek a koncertnek

a hangulatát igyekszünk a Szentgróti Kultúrtivornyára is átmenteni, ahol a budapesti fellépésünkhöz hasonlóan népzenei motívumok és könnyzenei dallamok egyaránt helyet kapnak a repertoárban.

Érzelmi hullámvásút a zenével

A cigány folklór legjavát mutatja be önálló nagykoncert keretében a Kanizsa Csillagai együttes a Kultúrtivornyán. Az oláh és beás fiatalok által 1993-ban létrehozott zenekar több mint harminc éve jelentet meg dalokat.

Az említett dátum nemcsak a zalai zenekar alapításának időpontja, de az első nagylemezük kiadásáé is egyben.

A Kanizsa Csillagai vezetője, Horváth Zoltán azt mondja: azóta több albumot is kiadtak, ám az utóbbi időben, a kor követelményeihez al-

kalmazkodva már ők is inkább csak önálló dalokkal jelentkeznek.

– Elmúlt az az idő, amikor teljes albumokat keresett a közönség, ám szerencsére mi megélhettük azt a korszakot – folytatta Horváth Zoltán. – Sőt, büszkén mondhatom, hogy a világzenei színtéren neves ARC Music amerikai, floridai kiadója jóvoltából egyes lemezeink a világ bármely pontján kaphatóak.

A Kanizsai Csillagai együttes autentikus cigány népzenei játszik. A zenekar vezetőjének elmondása szerint elsősorban saját gyűjtésű dalokat, illetve feldolgozásokat – lovári, beás és magyar nyelven egyaránt előadva. Koncertprogramjuk össze-

állításával pedig általában érzelmi hullámvásútra ültetik fel a közönségüket, egy varázslatos utazásra invitálva őket.

– A cigány folklór sokkal változatosabb annál, mint amit az emberek általában gondolnak róla – magyarázta Horváth Zoltán. – A lassú, szomorú daloktól, a siratóktól kezdve a tánczeneig szinte mindent bemutatunk. A muzsika ugyanis nemcsak a mulatságok alkalmával kerül elő, és nemcsak



a vidámság kifejezésére szolgál, hanem a lélek fájdalmát, és az élet nehézségeit is elmeséli. A cigány zene ettől igazán különleges és hangulatos, és mi a megalakulásunk óta ezt a sokszínűséget képviseljük.



Ikonikus világlágerek

Az ország egyik legizgalmasabb zenei produkcióját kínálja közönségének a Vasovski Live, amelynek koncertjein ikonikus világlágereket hallhat a közönség.

A bő egy évtizede létező formáció különlegességét azonban nem csupán a repertoárjuk adja, hiszen világlágereket számos más előadó vagy zenekar is szívesen visz színpadra. A Vasovski Live azonban teljesen egyéni módon, energikus crossover hangzással mutatja be koncertjein ezeket a dalokat, oly módon, hogy a névadó lemezlovas, Mr. Vasovski elektronikus DJ-sztetteit ötvözik élő hangszerekkel – gi-

tárral, hegedűvel és szaxofonnal – továbbá énekhanggal is.

A közelgő zalaszentgróti fellépésük apropóján Mr. Vasovski elmondta: az elmúlt 40 év világlágerei vagy az elektronikus house műfaj klasszikusai éppúgy részét képezik a koncertjeiknek, mint napjaink legkedveltebb dalai. Ennek köszönhetően a repertoárjuk rendkívül színes és változatos, szinte biztos, hogy a közönség soraiban mindenki megtalálja benne a kedvenceit.

A zenekarnak emellett rendkívül fontos küldetéstudata is van, a koncertjeiken szeretnék közelebb hozni a fiatalokhoz a hangszeres zenét, bemutatva annak értékeit, valamint az élő zenélés örömét is.

Fergeteges partihangulat

A legnépszerűbb hazai bulihelyszínek közkedvelt lemezlovasa, s egyben az országos elektronikus zenei színtér közismert alakja, Koósz Milán lesz a 2026-os Szentgróti Kultúrtivornya programjának egyik legfontosabb hangulatfelelőse.

A székesfehérvári születésű D.J. többek közt a Sziget, az EFOTT, az erdélyi VIBE, valamint az egykori Balaton Sound fesztiválok közönségének is zenélt már, tavaly a jászberényi LHL Feszt vendégei pedig egyenesen az év előadójának szavazták meg a mainstream jellegű szettjeiről ismert DJ-t.

Mindezek után az sem véletlen, hogy Koósz Milán a 2026-ban a főszezonra újra a Balaton bulifővárosában tölti, ahol péntek esténként – mint a síófoki Plázs Aréna egyik rezidense – a Metzker and Friends sorozat többi lemezlovasával együtt



adja az ütemet. Azt ígéri, Szentgrótra ezeknek a fergeteges nyári partinak a hangulatát hozza magával.

A SUNGRÓT 2026 teljes programját a 16. oldalon olvashatják.

Nyitott porták, ízek, illatok

• SEBESTYÉN CSILLA

Idén ismét megrendezték a Zala-völgyi Nyitott Porták közös nyílt napját. A tavaszi és pünkösdi alkalom után a Nyári Portanyitogatóra június 27-én, szombaton került sor. Az extrém időjárás ellenére 15 porta vállalta a vendégek fogadását. Piros lufikat akasztottak ki a bejárathoz, ezzel jelezvén a részvételt és kínáltak lehetőséget a látogatóknak az élményszerzésre.

A nyílt napokon a látogatók bepillanhattak a helyi gazdaságok, pincészetek, kézműves műhelyek és családi porták életébe. Minden helyszínen ingyenes programokkal készültek a házigazdák, emellett több portán borkóstolók, helyi ételek, kézműves foglalkozások és különleges élményprogramok is várták az érdeklődőket.

A teljesség igénye nélkül három gazdaság kínálata, ezen a forró nyári napon:

A Görbői Levendula farmon a lila, illatos növényből levendulabuzogányt készíthettek a látogatók, amit emlékül haza is vihettek, hiszen szép dísz lehet a lakásnak. Ezen kívül az öreg fák lomkoronája alatt még állatsimogatóval is várták a hozzájuk érkezőket. Természetesen a levendula limonádénak, a fröccsnek is nagy keletje volt, a vá-



lyogból épült présházban, a levendulaszüretre pedig Budapestről, Pécsről, de Szlovákiából, sőt Hollandiából is érkeztek.

A Csáford-völgyi Natúr Pont nagyszervezője, a Herba Fest szintén számos érdeklődőt vonzott. Tizenegy előadó sok érdekes témát vonultatott fel: volt itt gyógynövénytúra, stresszűző szappankészítés, Bemér érkezelés, Bach-virágterápia, szájaápolási tanácsadás. A kulináris kalandok sem maradtak ki a programból, egyebek között a paleo étkezésről, a mák felhasználásáról, a zöldturmix készítéséről is hallhattak ötleteket, majd bele is kóstolhattak ezekbe az éhes

szájak. Legnagyobb érdeklődésre a gyógynövényes pohárkrém tartott számot, aminek inycsiklandó kivitelezésére Snopek Veronika, a Mestercukrász gastroreality műsor első győztese volt a biztosíték. A gyerekeket ugrólóvár, gyerekcsarok és ládavasút szórakoztatta az árnyas fák alatt.

Szintén sokan vártak aznap a Nagymama Ízei Zsankó Kistermelői Gazdaság kapunyitására is. Nemcsak törzsvendégek érkeztek, hanem az Örvényesvölgyi Fesztiválról is áttekertek ide bicikliket, és végül olyan sokat gyűltek össze, hogy bepillantást nyerjenek a hagyományos ételkészítés fortélyaiba, a

nyári saláta, a grill kolbászkok, a fűszerekben érlelt tarjék vagy éppen a „Frédi-Béni” csülök készítésének titkaiba, hogy a házigazdák még fényképezni is elfelejtettek. Elnyomva a klimatizált helyiségben frissítővel kedveskedtek a vendégeknek, csak utána mentek megtekinteni a birtokot, és kóstolták meg a finomabbnál finomabb falatokat.

Aki a nyitott portákra áldozta a napját, aligha csalódott, hiszen most is egyénre szabott figyelemmel részesült: nemcsak a porták mindennapjaiba tekinthettek be, hanem átélhette azt, amit egy régebbi szlogen fogalmazza meg jól: távol a tömegtől, közel a szívhez.



ASzakkör-zárókiállítás

Az ASzakkör program keretében rendeztek zárókiállítást június 23-án a VMK-ban. A Nemzeti Művelődési Intézet támogatásával a SZE-VA Grót Nonprofit Kft. csuhé, matyó hímzés, szalmafonás, vesszőfonás szakköröket valósított meg 2025 októberéig és 2026 júniusáig között, a tárlat anyagát pedig az alkotók közössége munkáiból állították össze. Az eseményen Baracska

József polgármester mondott köszöntőt, a kiállítást pedig Dervaiics Renáta, a Nemzeti Művelődési Intézet térségi koordinátora nyitotta meg. A kiállításon megtekinthették a résztvevők a szakköri foglalkozásokon elkészült csuhétermékeket, szalma tárgyakat, a matyó hímzés szakkörön készült alkotásokat, valamint a vesszőfonás technikával készített kosarakat, tárolókat.

Arató- és családi nap

• SÁMEL JÓZSEF

Tüskeszenteperen negyedszer rendezték meg az Arató- és Családi Napot, amely a hagyományörzés, a közösségépítés és persze a szórakozás jegyében telt. A kézi aratás bemutatója mellett kulturális programok, kézműves foglalkozások, helyi étek és koncert is várta a látogatókat.



A Tüskeszenteperer Faluszépítő Egyesület és a zalaszentgróti önkormányzat által szervezett program köszöntővel kezdődött, Baracska József polgármester méltatta a szervezők munkáját.

– Szeretném megköszönni a szervezőknek, hiszen mindig a legjobbat akarják, és folyton azt keresik, hol lehet együtt a legtöbb ember. Úgy gondolom, hogy megtalálták ezt a helyszínt, négy év után a művelődési ház környezete lett az arató- és családi nap igazi otthona – fogalmazott a polgármester, aki beszédében kiemelte, hogy a helyszín minden programnak méltó teret biztosít. Hangsúlyozta: az aratás bemutatója emléket állít azoknak az időseknek, amikor még kaszával és sarlóval dolgoztak a földeken, az asszonyok pe-

dig kézzel készített kötéllel kötötték össze a kékvetket, amelyeket később keresztekbe raktak és kicsépeltek. Mint mondta, ezek a munkafolyamatok ugyan ma már történelemnek számítanak, de fontos, hogy a fiatalabb generációk is megismerhessék őket. Végül megköszönte mindazok munkáját, akik hónapokon át dolgoztak a rendezvény előkészítésén.

A polgármesteri gondolatokat követően Szeghy Csaba Tamás atya megáldotta a búzatáblát és az aratás résztvevőit. Imájában Isten áldását kérte a termőföldre, a gazdálkodók munkájára és mindazokra, akik fáradságukkal biztosítják a mindennapi kenyeret. Kiemelte, hogy imánkban is szerepel a mondat: „mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma”. Ez pedig áldozatos munkát kíván.

A kézi aratás bemutatóját a szervezők képviselőjében Izer Tamás ismertette. Részletesen bemutatta a hagyományos munkafolyamatokat, valamint megköszönte Mazur Lajosnak, hogy elvetette és gondosan nevelte a bemutatóhoz szükséges gabonát. Elmondta, hogy elsőként a kaszások vágnak rendet a búzában, majd a hölgyek az előre elkészített szalmakötelekkel kékvetket kötnek a levágott gabonát. Ezeket később

keresztekbe állítják, ahogy azt régen is tették.

– A szalmakötél készítése önmagában is külön tudomány. Régen ezt már hajnalban elkészítették, hogy mire megkezdődött az aratás, mindenki készen álljon. Mi ugyan már nem vagyunk olyan gyakorlottak, mint elődeink, de igyekszünk hitelesen

bemutatni a régi munkafolyamatokat – mondta.

A kézi aratáshoz Szabó Lajos harmonikás szolgáltatta a zenét, később népi- és moderntáncosok műsora, a Tátika Népdalkör fellépése, kézműves-bemutatók, lovaskocsizás várta az érdeklődőket, a programot pedig a Crazy Zenekar koncertje zárta.

II. MI KENYERÜNK

2026

Keressük idén is a legjobb kovászos kenyeret

Helyszín: **Árkádia**
8790 Zalaszentgrót,
Battyhány Lajos utca 1.

A Kenyerek leadási határideje: **Augusztus 7.**
13:00-14:00

NEVEZÉSI KATEGÓRIÁK

- Fehér kovászos kenyér**
- Alternatív gabonás kovászos kenyér** (ösgabona, rozs, teljes kiőrlésű)
- Gluténmentes kovászos kenyér** (min. 5 nevező esetén tartjuk meg)
- Kreatív kovászos kenyér**

14.00 A zsűrizés kezdete

15.00 Műsorok kezdése

- Gyánó Szilvia előadása – A kenyér hagyománya
- Nyikos Csaba máktermesztő – Vegyszermentes gazdálkodás, a mák jótékony hatásai az egészségre
- Kis Pékek műhelye Kenyérformázás és sütés gyermekeknek Legkisebbeknek só-liszt gyurmázás

16.00 Versenykenyeret kóstolása okorsúttal és helyi termelők termékeivel

17.00 Eredményhirdetés

18.00 Szentgróti Táncgyűttes előadása

Regisztrációs felület és határidő: marketing@zalaszentgrót.hu
kenyér kategória megjelölésével, 2026. augusztus 1-ig

ÍZEINK • KINCSEINK • KÖZÖSSÉGÜNK

Ünnepeljük együtt a hagyományt és a helyi ízeket a több mint 500 éves tüskeszenteperer lisztünkkel! Mutasd meg, mit tudsz alkotni a liszt, a víz és a só együttes erejével!

A fehér kovászos kenyér győztesét felkérjük az augusztus 20-ai zalaszentgróti ünnepi kenyér elkészítésére.

A díjazottak értékes élményajándékokban és hasznos tárgyi nyereményekben részesülnek!

Támogató partnerek: Zalaszentgrót Város Önkormányzata, Szentgyörgyi István Községi Önkormányzat, Zalaegerszegi Megyei Önkormányzat

Információ: Városmarketing Iroda 8790 Zalaszentgrót, Battyhány u. 13. marketing@zalaszentgrót.hu

Felhívjuk szíves figyelmét, hogy a rendezvényen felkérjük a vendégeket, amelyeket a város külterületén, saját platformokon publikálhat. A rendezvényen való részvétellel – mint ráutaló magatartással – ön elfogadja, hogy a fotók szabadon felhasználhatók! A RENDEZVÉNYEN MINDENKI SAJÁT FELELŐSSÉGE VÉSZÉRTI! A PROGRAMVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!



Rallycrossozva az Európa- bajnokság felé

• SÁMEL JÓZSEF



Mindössze két éve kezdett el rallycross-versenyezni, ma pedig már a magyar országos bajnokság élmezőnyének tagja a zalaszentgróti Kovács Noel Péter. Jelenleg a Junior Kupa összetett harmadik helyén áll, és minden erejével azért dolgozik, hogy hamarosan a Super1600 kategóriában, később pedig a FIA Európa-bajnokság Euro RX3 mezőnyében bizonyíthasson.

A fiatal versenyző számára az autósport nem hirtelen ötlet volt. Az első lépéseket édesapja segítségével tette meg, miután korábban bérigazgatóként szerzett tapasztalatot.

– Édesapám hallott egy lehetőségről, hogy kipróbálhatom magam rallycrossban. Elmentünk, beültem az autóba, és rögtön megtetszett. Onnantól kezdve szinte minden hétvégén autóban ültem – meséli.

Az első élmények után gyorsan megszületett a cél is.

– Mindig az volt az álmom, hogy egyszer egy Super1600-as autóval versenyezhessek. Remélem, ez már jövőre valóra válik – idézte a kezdeteket.

Jelenleg egy 1300 köbcentis Suzuki Swift volánja mögött versenyez a Junior Kupában, amely a hazai rallycross egyik utánpótlás-kategóriája. Második országos szezonjában már stabilan az élmezőnyhöz tartozik.

– Most a bajnokság harmadik helyén állok a tizenöt fős mezőnyben, és mindig próbálom kihozni magamból a maximumot – mondta.

Az idei szezon egyik legemlékezetesebb versenyét Kakucson

nyerte meg, még hozzá szakadó esőben.

– Nagyon szeretek esőben versenyezni. Ott eltűnnek a technikai különbségek, és sokkal inkább az számít, ki tud jobban vezetni.

A tavalyi év még a tanulásról szólt.

– Sok technikai problémánk volt, és én sem voltam még olyan rutinos. Idén viszont már folyamatosan ott vagyunk az élmezőnyben, és fel tudjuk venni a versenyt a tapasztaltabb pilótákkal is.

A siker mögött komoly felkészülés áll. A versenyző rendszeresen fut, kerékpározik, reflexfejlesztő gyakorlatokat végez, emellett sok időt tölt az autóban és szimulátoron is.

– A verseny előtt mindig próbálok teljesen fejben ott lenni. Fontos a koncentráció, hogy pontos köröket tudjak menni. Az elődöntők előtt még izgulok egy kicsit, de amikor beállunk a rajtrácsra, már csak a versenyre figyelek.

Az edzéseken elsősorban a féktávokat, a kigyorsításokat és az ideális íveket gyakorolja.

– Minden pályán igyekszünk legalább kétszer edzeni a verseny előtt, hogy minél precízebben tudjak vezetni.

A következő nagy lépcsőfok egy teljesen új technikát jelentene.

– Valószínűleg egy Skoda Fabia Mk2 Super1600 lesz a következő autóm. Ez már teljesen más világ: szekvenciális váltó, versenymotor, speciális futómű – szinte semmi köze nincs a gyári autóhoz.

A távlati cél azonban még enél is nagyobb.

– Szeretnék egy-két éven belül eljutni az Európa-bajnokságra, az Euro RX3 kategóriába, és egyszer ott dobogóra állni.

Ehhez azonban nemcsak gyorsaságra van szükség.

– Nagyon sok gyakorlás kell, fejben is mindig ott kell lenni, és természetesen szponzorok nélkül ezt a szintet nem lehet elérni.

Noel felkészülését, jövőbeni céljait nagyban segíti edzője,



Benyó Máté, aki korábban maga is sikeresen szerepelt nemzetközi rallycross-versenyeken.

– Nagyon jó példakép számomra. Sokat tanulok tőle, és kialakult közöttünk egy olyan kapcsolat, amelynek köszönhetően teljesen megbízunk egymásban.

Bár a pályán kemény csaták zajlanak, a versenyzők között a depóban jó a hangulat.

– A pályán ellenfelek vagyunk, de azon kívül sokakkal baráti a kapcsolat. Beszélgetünk, segítjük egymást, persze nem mindenki mindenkinek.

A rallycrossban az ütközések is a sport részei. Noel szerint azonban a félelemnek nincs helye az autóban.

– Ha valaki fél, akkor nem tud igazán gyors lenni. A legnagyobb sebességem eddig egy szlovákiai versenyen közel 150 km/óra volt.

A versenyzés rengeteg szabaddit elvesz, de ezt egyáltalán nem bánja.

– Ez volt mindig is a vágyam. Inkább örömmel tölt el, hogy ezzel foglalkozhatok.

Érthető tehát, hogy a családja is mindenben mellette áll.

A zalaszentgróti fiatal – aki szeptembertől a zalaegerszegi Csány László Technikum 10. osztályos tanulója lesz – a jövő-

jét egyértelműen a versenypályán képzei el.

– Azt szeretném, hogy az autóversenyzés az egész életemben elkísérjen – fogalmazott Noel, megjegyezve, hogy már a 7,5 éves öccse, Leon is a kormány mögött ül, a tőle örökölt ezres Suzukiban..

A kézilabda évtizedek óta meghatározó sportág Zalaszentgróton. A város sportéletének egyik legfontosabb szereplője a Zalaszentgróti Kézilabda Club (ZKC), amely nemcsak a felnőtt csapat eredményeire lehet büszke, hanem az utánpótlás-nevelésben végzett munkájára és összetartó közösségére is.

• SÁMEL JÓZSEF

A klub története messzire nyúlik vissza. A helyi kézilabdázók még bitumenes pályán kezdték a sportág művelését, amikor Zala vármegyében virágkorát élte a kézilabda. Az 1989-ben átadott sportcsarnok új korszakot nyitott a város sportéletében, és lehetőséget biztosított arra, hogy a zalaszentgróti csapat magasabb szinten is megmérse magát. A klub legmagasabb osztálya a Nemzeti Bajnokság II. volt, miközben a térség kézilabdasportját olyan sikerek is öregbítették, mint a zalaszentgróti születésű Tóth Tímea pályafutásának kezdete.

A ZKC fejlődésében meghatározó szerepet játszott Mazzag Albert, aki 2004-ben lett az egyesület elnöke. Ekkor Császár Renáta és Husz Ferenc edzők érkezésével nemcsak személyi, hanem szemléletbeli megújulás is végbement a klubnál. Az egyesületet jelenleg Császár József vezeti, munkáját Kocsis Erika vezet, munkáját Kocsis Erika vezeti, munkáját Kocsis Erika vezeti, munkáját Kocsis Erika vezeti.

Az egyesületet jelenleg Császár József vezeti, munkáját Kocsis Erika vezeti, munkáját Kocsis Erika vezeti, munkáját Kocsis Erika vezeti. Az elmúlt évek során a ZKC többször is Zala vármegye legjobb csapata, illetve bajnoka lett. A megyei bajnokságok átalakulásával ma már négy vármegyét felölelő összevont bajnokságban szerepelnek, amely minden szempontból nagyobb kihívást jelent. A klub vezetése szerint azonban a közösség ereje és a sikerek iránti elkötelezettség segíti őket a nehezebb időszakokban is.

Jelenleg közel 80 sportoló tartozik az egyesülethez. A felnőtt női csapat mellett kiemelt figyelmet fordítanak az utánpótlás-nevelésre. Két csapat szerepel az országos gyermekbajnokságban: az U14-es korosztályt



Az összetartás ereje

Császár Renáta, az U15-ös együttest Bella Anett irányítja, míg a legkisebbekkel, az elsőtől negyedik osztályig, Némethné Kaszás Judit ismerteti meg a kézilabdázás alapjait. A klub rendszeresen részt vesz a Magyar Kézilabda Szövetség Sulikézi Fesztiválján is.

A ZKC és a Deák Ferenc Általános Iskola és Gimnázium együttműködése hosszú évek óta eredményes. A közös munka nemcsak a kézilabdában hozott országos diákolimpiai sikereket, hanem atlétikában és strandkézilabdában is. 2022-ben az atlétikai többpróba csapatverseny országos diákolimpiai döntőjét is zalaszentgróti sportolók nyerték meg.

Az utánpótlás-nevelés továbbra is a klub egyik legnagyobb erőssége. A szülők biztosak lehetnek abban, hogy gyermekeik jó közösségben, felkészült szakemberek irányítása mellett sportolhatnak.

A klub számára nem csupán a versenyeredmények fontosak, hanem az is, hogy a fiatalok értékes közösség tagjaivá váljanak. Az egyesület fejlődéséhez jelentős segítséget nyújtottak a TAO-támogatások. Ennek köszönhetően megújult a sport-

csarnok sportpadlója, az öltözők és a vizesblokkok, új eredményjelző és takarítógép került beszerzésre, kültéri pálya épült, valamint korszerűsítették a sportcsarnok világítását is.



A klub jövője ugyanakkor nem mentes a kihívásoktól. A gyermeklétszám csökkenése, valamint a gimnázium megszűnése évről évre nehezebb helyzetet teremt az utánpótlás biztosításában. Ennek ellenére a vezetőség továbbra is bizik abban, hogy a közösség összetartása és a sport iránti szeretet biztos alapot jelent a folytatáshoz.

A legutóbbi idény eredményei is biztatóak. A négy vármegyét felölelő, 13 csapatos női felnőtt bajnokság alapszakaszában a ZKC négy győzelmet és két döntetlent

szerezett, amellyel meglepetésre bejutott a felsőházi rájátszásba. Ott további három győzelemmel és egy döntetlennel zártak, végül mindössze egyetlen ponttal maradtak le a dobogóról. Az utánpótlásban történelmi sikert ért el az U14-es csapat: a Kézilabda Diákolimpia országos döntőjében ezüstérmet szereztek, míg Kurucz Regina Anna a torna gólkirálynője lett.

A ZKC ma is azt vallja, hogy a kézilabda több egyszerű sportágnál. Olyan közösség, melyben mindenki hozzátesz valamit a közös sikerhez. Ez az összetartás adja a klub valódi erejét, és ez biztosíthatja, hogy a zalaszentgróti kézilabda még hosszú éveken át meghatározó része maradjon a város sportéletének.





Nem statikus állapot, hanem folyamatos alkalmazkodás

Frontérzékenység és az általános egészség

Sorozatunkban azokat a problémákat érintjük, amelyek a leginkább foglalkoztatják a lakosságot, és a legnagyobb kihívást jelentik szinte mindannyiunk számára. Elsősorban a megelőzésre fektetjük a hangsúlyt, egyfajta útbaigazítást szeretnénk nyújtani az információk tengerében, és irányt mutatni arra nézve, hogy ha már kialakult a diszkomfortérzet, a rendellenesség, akkor mi az optimális cselekvési irány.

• SEBESTYÉN CSILLA

A minap találkoztam egy fiatal lánnyal, és olyan heves frontérzékenységre panaszkodott, ami aktuálisan azokon a napokon, amikor jelentkezik, teljesen ledönti a lábáról. Azóta foglalkoztat ez a téma, amiről most dr. Csomai Zitát kérdeztem. Zita doktornőtől először egy rövid bemutatkozás kértem:

– Hároméves koromtól már gyógyító akarom lenni. Nem volt hezitálás és keresgélés, egyenes volt az út a célig. Elvégeztem az egyetem 1999-ben, utána dolgoztam az onkológián, a sürgősségi ellátásban, majd Egyiptomban mint „katonaorvos”. Akkor fogalmazódott meg bennem az a gondolat, hogy több időt szeretnék egy-egy betegre szánni. A dolgok mélyére akarok látni, és megérteni az összefüggéseket, egyben látni az embereket, ez a célom, amihez a kórházi keretek nem biztosítanak teret. Ezért más útra tértem. Úgymond háló nélkül ugrottam. Elvégeztem minden képzést, ami az alternatív gyógyászatban elérhető volt. Mára már van egy természetgyógyász szakembereket és laikusokat is képző iskolám, ahol oktatok, közben megírtam 16 könyvet, vizsgáztatok az Országos Kórházi Főigazgatóságnál, online és offline kurzusokat, előadásokat tartok és most ősszel debütál egy digitális termék is, ami ezt a 27 évnyi szakmai gyakorlatot összefogja. Ez egy nagyon professzionális produktum, amit izgatottan várunk, nem csak a témája miatt (A betegségek lelki eredete – A kódolt múlt), hanem azért is mert a stáb meggyőződött arról, hogy ki kell lépni a rendelő intim légköréből, és ilyen magas minőségben át kell adni a tapasztalatot az embereknek! Zita hitvallása, hogy egészségügyi tanácsot, csak olyan embertől szabad elfogadni, akinek van megfelelő végzettsége. Az Országos Kórházi Főigazgatóság publikus adatbázisában leellenőrizhető mindenkinek a végzettsége, működési engedélye.

– Hogy látod, be lehet azt kategorizálni, hogy milyen korosztályt érint elsősorban a frontérzékenység problémaköre?

– Régebben az idősebb nők panaszkodtak főként erre, naposság viszont egyre több embert egyre fiatalabb korban érint, mondhatjuk

népbetegség. Hozzáadódik még sok minden, hiszen valaki a szélre érzékeny, valakinek az őszi nyirkosabb idő beköszöntével erősödnek fel a tünetei, és napestig lehetne sorolni sajnos a teljesen egyéni függő problémákat. Az időjárás- és ezáltal a légnyomásváltozással mindannyian szembesülünk. A szervezet általános állapota határozza meg, hogy ez milyen válaszreakciót eredményez. Gondolok itt a test vitamin- és ásványianyag-ellátottságára, a táplálkozási és alvási szokásokra, a folyadék fogyasztásra, a hormonális státuszra, a mérgezőanyagokkal való terheltségre.

– Ez egy nagyon komplex dolognak tűnik. Aki ebbe a „csoportba” sorolja magát, merre induljon az oknyomozásban először?

– Az első lépés mindenképpen az, hogy csináltassanak egy általános vérvizsgálatot. Ez már sok információt adhat arról is, hogy van-e esetleg gyulladás, valamilyen hiányállapot, vérszegénység, milyen állapotban van a pajzsmirigy. Érdekes továbbá a nőknél a hormonrendszert is



vizsgálni, a nőgyógyással erről konzultálni.

– Mélyebbre ásva, mi a következő lépés?

– A góckutatást tenném a fontossági sor következő helyére, hiszen egy alattomos, gyulladt fog vagy a fül-orr-gégészeten feltárt krónikus,

tünetmentes képlet is folyamatosan szórhatja a baktériumokat, ami meggyengíti annyira a szervezetet, hogy a frontra már nem tud úgy reagálni, ahogy kellene.

– Mi árnyalhatja még a képet?

– Külön kell választani a vitamin- és az ásványianyag-bevitelt. Míg az előbbire nagy hangsúlyt helyezünk, az utóbbi többnyire nem kap akkora figyelmet. Pedig a magnézium, a cink, a szelén, a króm olyan ásványi anyagok, nyomelemek, amik elengedhetetlenek a szervezet optimális működéséhez.

– Egy felnőttnek mennyi magnéziumra van szüksége naponta?

– Az alsó érték, amit el kéne érni, 10 mg testsúly kilogrammonként elemi magnéziumból. Ez az alsó határ, túladagolni nem tudjuk. Ezt nehéz táplálékkiegészítőkből bevenni. Együtt számoljuk az étellel bevitt magnéziumot a kiegészítőkkel, ami magnéziumpótlás szempontjából az olajos magvakra, a leveles növényekre, gyógynövények közül a csipkebogyóra fókuszálna. Nagyon hatékonyak még a bőrön át felszívódó készítmények, a fürdősók, a krémek, ennek a legszelebb kinálatát én az „Ösi magnézium” cégnél találtam.

– Szerinted elég, ha valaki egy multivitamin tablettát szed?

– Olyan készítményt nem találunk, ahol egy tablettában megtalálható minden, hiszen más-más a felszívódásuk. Az ásványi anyagok közül személyes kedvencem az Aranymozsárként ismert termékcsalád.

– Mivel egészítenéd még ki? Tapasztalataid szerint mi az, amire még figyelni kell?

– A rendszeres testmozgás és az életvitel rendszerezése után a tiszta táplálék bevitel, ami egyéni érzékenységmentes. Itt nem csak az ételallergiákra gondolok, hanem az intoleranciát okozó alapanyagok kiiktatására is. Ezt általában „Foodtesttel” (IgG) szoktuk szűrni, de hisztaminintoleranciával diagnosztizált pácienseknél a nutritív allergia, az IgE formátum is lényeges adatokkal gazdagítja a képet. De van még létjogosultsága a légzőgyakorlatoknak, az időszakos böjtnek is. Az akupunktúra, akupresszúra, a masszázások, a stresszoldás bármilyen formája, a lelki élet harmóniában tartása ugyanúgy az „egészségkirakós” része lehet. A természetgyógyászat szerint ugyanis az egészség definíciója: a természettel harmonizáló testi, lelki, szociális jólét dinamikus egyensúlyállapota, nem pedig csupán a betegség hiánya. Nem statikus állapot, hanem folyamatos alkalmazkodás.

Drága Barátnőm!

Megint annyi az infó, amiről írni szeretnék neked, hogy úgy érzem magam, mint az „influenzerek” (Isd. tartalomgyártó címszónál), akik arról panaszkodnak, hogy „túl nagy a zaj”, túl telített a médiapiac.

Szóval először is az aktuális teendőkről! Már írtam neked, hogy ilyenkor lehet szárítmányokkal feltölteni a gyógygyógyász házipatikát, hiszen az időjárás kedvező hozzá. Itt jegyzem meg, hogy észrevehető divat lett egészségmentornak képzelni magunkat, és – Maria Treben után szabadon – mindenre a gyógyhatású füveket ajánlani és alkalmazni. Sajnos ez azért nem ilyen egyszerű. Ha fáj a gyomruk például, nem elég 1-2 napig borsmenta- vagy cickafark-, vagy kamillateát iszogatni, hanem összefüggéseiben kell nézni a mindennapokat és benne az embert. Integrálni a hagyományos gyógyászatot az alternatív terápiákkal. Ez az egyik legnehezebb feladata annak, aki keresi az ősvényét az egészséghez való visszatéréséhez, hiszen a sokszor ellentmondó információk tengerében elveszítettnek éri magát az olvasó. És most egy személyes élmény: mint tudod, szeretek tanulni, és szembejött velem a minap egy tanfolyamon az oxálsav kérdése, ami több rejtélyes kórfolyamat mögött állhat, és eddig nem igazán került a figyelem középpontjába. A visszatérő fogínygyulladás, hólyaghurut, vagy gyulladt szemek stb. hátterében akár ez is megbújhat. Mi is az az oxálsav? Egy anyagcsere-végtermék,



BORBOLYA ROVATA

Levelek barátnőmnek

Mi is az az oxálsav?



amelyet nagyon sok növény tartalmaz, alapvetően egy toxikus vegyület, amely kristályokat képez. Kis mennyiségben a szervezet képes kiválasztani, de nagy mennyiségben illetve minden nap fogyasztva a magas

oxaláttartalmú zöldségeket vagy gyümölcsöket, nem csak a vesékben kialakuló egyik vesekőtípus képződését segíti elő, hanem bárhol előforduló rejtélyes fájdalmat okozhat. Hogyan tudjuk ezt a határt könnyedén átlépni? Például az, aki az egészséges étkezés zászlaja alatt minden reggelét spenótos turmixszal kezdi, már mindenképp „átlépi a megengedett sebességet”. Vagy mindig mandulatejet iszik, vagy sokat süt az említett mag lisztjével. De egyes gluténmentes lisztkeverékek is tartozhatnak ebbe a csoportba. Figyelembe kell venni a magas és alacsony oxaláttartalmú növények listáját, és nem csak azok számára, akik vesedietét tartanak. Az arany középut mindig kifigyelembe kell venni! Nem szabad teljesen megvonni a szervezetünketől egyik percről a másikra azokat az alapanyagokat, amelyek a magas besorolásba estek, hanem a fogyasztásukat kell ésszerű keretek közé szorítani és kivenni a mindennapos menü tervezéséből, illetve nem árthat a szokásainkon változtatni kicsit. Szeretettel ölellek!

Borbolya

Ha kérdésed lenne: pitypang1001@gmail.com



A holokauszt zalaszentgróti áldozataira emlékeztek június 28-án a város izraelita temetőjében. A sírkert 211 nevet tartalmazó emléktáblája előtt Baracska József polgármester, Vári Mária alpolgármester, továbbá Virágh Judit, a Zalaegerszegi Zsidó Hitközség elnöke mondott beszédet, és Rosenfeld Dániel Imre kántor mondott imát és énekelt zsoltárt. A megemlékezés később a Széchenyi és a Malom utca kereszteződésében folytatódott; itt Vári Mária koszorút helyezett el az 1796-ban épült egykori zsinagoga helyén álló ház falán.



A jubileumi XXV. Zalaszentgróti Villa Negra Szimpózium keretében készült alkotásokat mutatják be július 11-én, szombaton 17 órakor a Dóka Éva Pincészet Gyár utcai kiállítóterében. A kiállító művészek: Appelshoffer Péter, Becskei Andor, Beretvársz Csanád, Boros Miklós János, Bőjte Holvát István, Böszörményi István, Fűzes Gergely, Horváth Gergely, Józsa Pál, Kecő Kristóf, Kotormán Ábel, Kuti László, Lelkes A. Gergely, Lelkes Márk, Lestyan Goda János, Lukács István, Máthé Krisztián, Meszlényi Molnár János, Miksa Bálint, Nagy Edit, Nádor Tibor, Szaka Vivien, Székő Gábor, Tótháti István.

IMPRESSZUM



ZALASZENTGRÓT - A közösség magazinja • FELELŐS SZERKESZTŐ: Virrasztó Zsolt

KIADJA: Zalaszentgrót Város Önkormányzata megbízásából a SZE-VA GRÓT Nonprofit Kft. • FELELŐS KIADÓ: Virrasztó Zsolt cégvezető

• TELEFON: +36 83 360 120; • EMAIL: zalaszentgrotmagazin@gmail.com • NYOMTATÁS: Asperján Nyomda, Zalaszentgrót

TERJESZTÉS: SZE-VA GRÓT Nonprofit Kft. • Minden jog fenntartva! • ISSN: 1217-5463

SUNGRÓT

KULTÚRTIVORNYA

2026
**Augusztus
4-9.**

ZALASZENTGRÓT
Liget



Augusztus 4.

Kossuth udvar — kedd

19.00

**A férfi, ha elmúlt negyven...
de fejben harminc... se!**

Képzleltszínházi előadás és beszélgetés
– avagy egy férfiasan tökéletes este.

JEGY ÉS INFÓ:

06 83 360 120 • bakai.szonja@zalaszentgrot.hu



Augusztus 5.

Fiáker étterem — szerda

18.00

Gin Tonic-est

**Léhárt Míra
és Polgár Patrik**
akusztikus duó

INFÓ:
Fiáker



Augusztus 6.

— csütörtök

19.00

TANKSAPKA

20.00

GÁBOROM feat.
KINT A BÁRÁNY

21.00

HOLLYWOODOO



Augusztus 7.

— péntek

15.00

II. mi Kenyerünk
2026
egy falat múlt • egy falat jövő ■
és Ökorsütés

Keressük
idén is
a legjobb
kovászos
kenyereket

NEVEZÉSI KATEGÓRIÁK

- Fehér
- Alternatív gabonás
- Gluténmentes
- Kreatív

NEVEZÉSI HATÁRIDŐ • Augusztus 1.

INFÓ: marketing@zalaszentgrot.hu



Léhárt Míra
Polgár Patrik



Kanizsa
Csillagai

Augusztus 7.

— péntek

19.00

KANIZSA CSILLAGAI

21.00

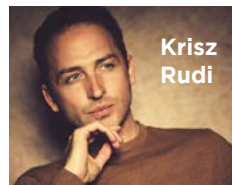
CSÍK ZENEKAR

23.30 – 0.30

CULTURE CUVÉE



Csík Zenekar



Krisz
Rudi



KÓOSZ
MILÁN

Augusztus 8.

— szombat

19.00

KRISZ RUDI

21.00

VASOVSKI LIVE

22.30 – 1.00

KOÓSZ MILÁN



VASOVSKI LIVE

Augusztus 9.

Huszonyai Porta – vasárnap

19.00

PAJTA MOZI

Anyám és más
futóbolondok a családból

INFÓ: huszonyaiporta@gmail.com



Culture Cuvée



Tanksapka



Információ: Városmarketing Iroda
8790 Zalaszentgrót, Batthyány u. 13.
marketing@zalaszentgrot.hu

Felhívjuk szíves figyelmét, hogy a rendezvényen fotók és videók készülnek, amelyeket a város különböző, saját platformokon publikálhat. A rendezvényen való részvétellel – mint ráutaló magatartással – ön elfogadja, hogy a fotók szabadon felhasználhatók!
A RENDEZVÉNYEN MINDENKI SAJÁT FELELŐSSÉGÉRE VESZ RÉSZT! • A PROGRAMVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!