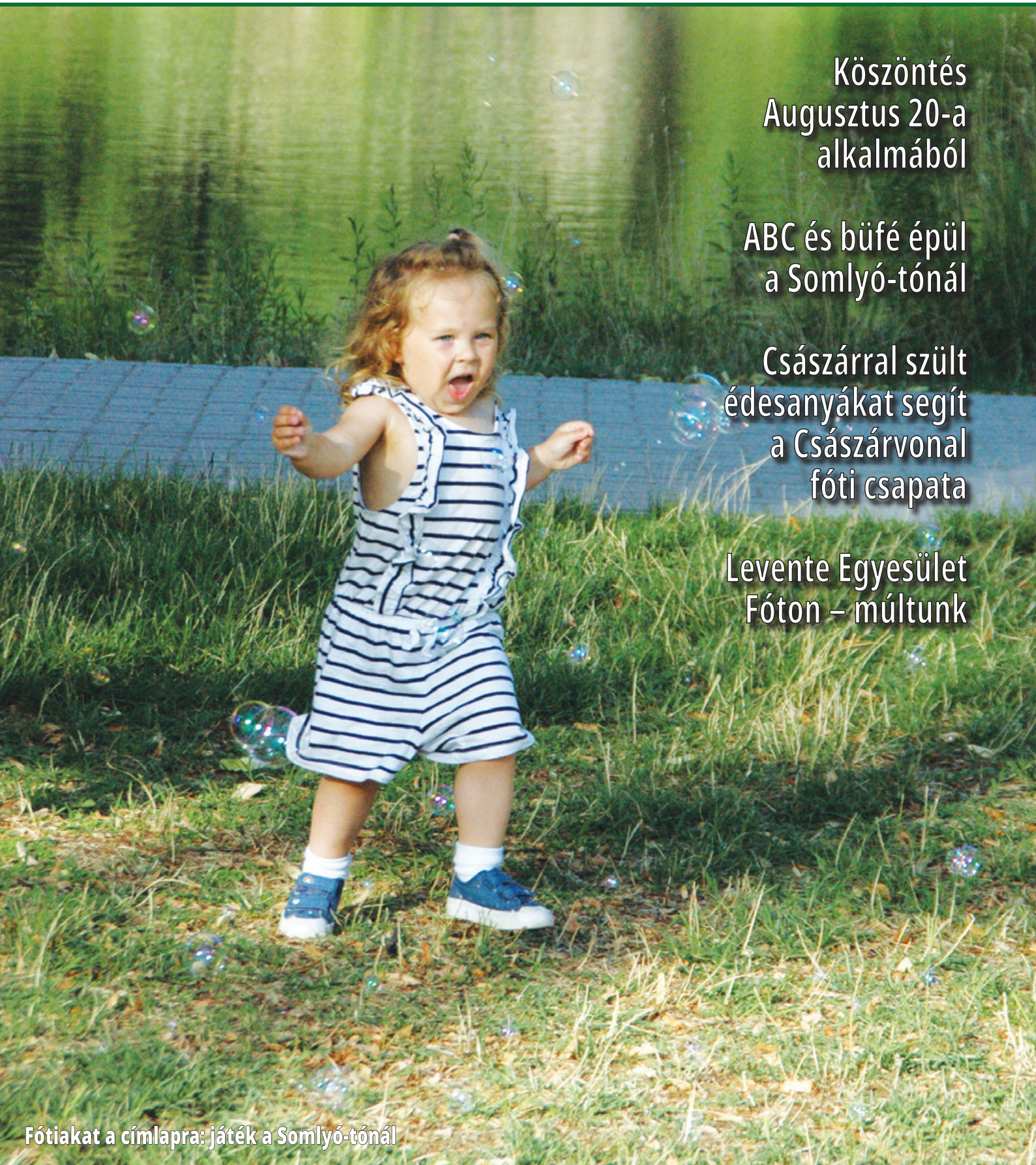
2021. AUGUSZTUS

Fóti Hírnök

FÓT VÁROS ÖNKORMÁNYZATÁNAK KÖZÉLETI TÁJÉKOZTATÓ HAVILAPJA



Köszöntés Augusztus 20-a alkalmából

ABC és büfé épül a Somlyó-tónál

Császárral szült édesanyákat segít a Császárvonal fóti csapata

Levente Egyesület Fóton – múltunk

Fótiakat a címlapra: játék a Somlyó-tónál

Fóti Egészségnap

2021. augusztus 28. szombat 10 órától

Vörösmarty Művelődési Ház
2151 Fót, Vörösmarty tér 3.

Fóti Egészségnap

10.00 SALSATION + POUND
MEZEI ESZTIVEL ÉS FALUVÉGI ANDRÁSSAL

SPORTJÁTÉKOK
A FÓT SPORTEGYESÜLET KÖZREMŰKÖDÉSÉVEL

11.00 MEZEI ESZTER - KISMAMA REGENERÁCIÓS PROGRAM:
HOGYAN KEZDJÜK ÚJRA A MOZGÁST SZÜLÉS UTÁN?

12.00 GERINCTRÉNING
A LEVENDULA GYÓGYKÖZPONT SZERVEZÉSÉBEN

13.00 ZUMBA
MEZEI ESZTIVEL ÉS FORT ALEXANDRÁVAL

14.00 KATUS ATTILA ELŐADÁS:
HOGYAN HATNAK ÉTKEZÉSI SZOKÁSAINK AZ IMMUNRENDSZERÜNKRE?

FREESTYLE FOCI BEMUTATÓ

VÖRÖSMARTY MŰVELŐDÉSI HÁZ

FÓT SE 1913

Fóti fitnesz
A legjobb csapat!

Levendula Gyógyközpont

A belépés díjtalan, regisztrációhoz kötött.
Regisztráció: www.vmh.hu
További részletek a rendezvény eseményében.

tartalom

Köszöntés Augusztus 20-a alkalmából
– Dr. Vass György polgármester
4. oldal

Kölyökkori szocializálás fontossága és a tanítás
Kutyanevelési tippek
– Zelena Gergőné
20–21. oldal

Hírek
Önkormányzati hírek
5–13. oldal

Fóti Egészségnap – Élmény testnek és léleknek
– Dobozi-Dudás Bernadett
22. oldal

Fóti emlékek Kecskeméten
– Balogh Dávid
14–15. oldal

A Levente Egyesület Fóton
– Balogh Dávid
24–25. oldal

Képzőművészeti alkotótábor volt Fóton
16–17. oldal

Közérdekű telefonszámok
26. oldal

Császárral szült édesanyákat segít a Császárvonal fóti csapata
18–19. oldal

Impresszum:
Fóti Hírnök | Fót Város Önkormányzatának havonta megjelenő, ingyenes lapja
Kiadja Fót Város Önkormányzatának megbízásából a Máté Bt. cím: 2151 Fót, Attila. u. 44., 1149 Budapest, Kövér L. u. 21–23.
Felelős szerkesztő: Máté Richárd | Olvasószerkesztő: Szőke Viktória
Fotók: Dr. Bocskay Zsolt, Konkoly-Thege György, Jarabin Kinga
Címlap fotó: Jarabin Kinga
E-mail: ujfotihirnok@gmail.com
Megjelenik havonta 10 000 példányban | ISSN: 2062-6754
Terjesztés: Máté Bt.

Az újságban feladott hirdetések tartalmáért és az azokban foglalt szolgáltatások minőségéért felelősséget nem vállalunk!
Hirdetésfelvétel: ujfotihirnok@gmail.com | +36 20 886 0578 |

Lapzárta: adott hónap utolsó napja | lapszám: augusztus

FÓT VÁROS

„Nem múlnak ők el, kik szívünkben élnek.
Hiába szállnak árnyak, álmok, évek.
Ők itt maradnak bennünk csöndesen még,
Hiszen hazánk nekünk a végtelenség.”
(JUHÁSZ GYULA: CONSOLATIO)

MEGHÍVÓ

Dr. Vass György, Fót Város polgármestere Fót Város Önkormányzata nevében tisztelettel meghívja Önt, Államalapító Szent István királyunk tiszteletére rendezett koszorúzási ünnepségre.

Fót Város koszorúzási ünnepségének helyszíne:
Kisalagi Millenniumi Emlékpark

Időpont:
2021. augusztus 20. (péntek), 18 óra

Ünnepi köszöntőt mond:
Dr. Vass György
Fót Város polgármestere

Az ünnepi műsorban közreműködik:
Borka Zsolt

Fóti Közművelődési és Közgyűjteményi Központ
Vörösmarty tér 3. Tel.: 06703315806
e-mail: info@vmh.hu

Tisztelt Ünneplő Fótiak!

Dr. Vass György

A magyar nép történelmében az államalapítás a legfontosabb események és sorfordító időszakok egyike volt!

Szent István annak idején a keresztény hit alapjaira építve tudott stabil viszonyokat teremteni. Egy erős, nyugati, keresztény államot alapított. Döntéseivel végérvényesen kijelölte helyünket Európában. Vitathatatlan, hogy minden döntése jó volt. Mi sem bizonyítja ezt jobban, hogy mi még ma is egységes nemzetállamként itt vagyunk, Európa szívében. Több mint ezer éve járjuk ezt az utat. Nemzetek, népek tűntek el, újak jelentek meg ez idő alatt, de mi magyarok azonban itt voltunk, itt vagyunk és itt is maradunk.

Magyarország az egyetlen olyan ország, amely a Szent Korona óvó szárnyai alatt a rázúduló veszedelmek, háborúk, történelmi korszakváltások, gazdasági világválságok közepette is megőrizte a hitét, a tenni akarását és a lelki erejét. Ma is igaz ez, egy ezredév távlatából is. Szent István örökségéhez méltó munka megtartani e hazát keresztténynek és függetlennek. Megtartani akkor is, ha ennek az akaratnak sokan ellenszegülnek itthon és külföldön.

Tisztelt Hölgyeim és Uraim!

Szent István annak idején Európát választotta. Kiállt az egyetemes keresztény értékrend mellett, s elfogadtatta ezt népével.

Az elmúlt több mint egy évezred már számtalanszor bebizonyította, hogy a magyarság csak akkor lehet sikeres, ha országunk keresztény, és e hit által egységes marad.

Ha szétnézünk a nagyvilágban, jól látható, a rosszul értelmezett, szinte korlátlan személyes szabadság, az erkölcsi gyökerek megtagadása. A nemzeti önfeladás káoszhoz, kiszolgáltatottsághoz vezet. Nekünk, akik a keresztény hitre támaszkodva, a rendet, a biztonságot és a nyugalmat helyezzük a középpontba, nincs más dolgunk, mint továbbmenni az úton, még akkor is, ha ezért támadnak bennünket.

A feladat és a felelősség nagy, mert a veszély is nagy, ami családjainkat, nemzetünket, európai közösségünket és értékeinket fenyegeti.

Nem szabad letérnünk a Szent István által kijelölt útról. Nem szabad elvágni keresztény gyökereinket, meg kell őrizni hagyományainkat, a ránk hagyott örökséget. Csak így tudunk olyan országot, olyan várost építeni, ahol jó felnőni, jó élni, ahol mindenki biztonságos otthonra lelhet.

Mi, valamennyien nap mint nap tevékenyen részt veszünk államunk, városunk, otthonunk alakításában. Tesszük ezt életmódunkkal, megnyilvánulásainkkal, azzal, hogy mit tartunk értéknek. Épp ezért nem mindegy, hogy miként felelünk meg az adott kor kihívásainak, milyen döntéseket hozunk életünk során, hogy milyen válaszokat adunk gyermekeinknek. Rajtunk múlik, hogy építünk–e tovább, vagy rombolásba kezdünk.

Tisztelt Fótiak!

Közhelynek tűnhet a közmondás: „egységben az erő”, de talán soha nem volt annyira fontos a magyarság egységének megléte, mint manapság.

Honalapító királyunk azért munkálkodott, vállalta a küzdelmet, hogy Magyarország a korabeli Európában függetlenségét megőrizve fennmaradjon. Rendet, kiszámíthatóságot hagyott örökül.

Jól tudjuk, a magyarság az államalapítás óta eltelt időben a mostaninál sokkal súlyosabb kríziseket élt át, de mindegyikből győztesen került ki, mert olyan hagyományokkal, nyelvvel, kultúrával és életszemlélettel rendelkezett, amelyre a jelent és a jövőt lehetett építeni.

Ma sincs ez másképp! Sőt, manapság talán még fontosabb, hogy figyeljünk egymásra, vigyázzunk egymásra, hogy az összetartás vezessen bennünket a hitetlenkedés, a kétkedés és széthúzás helyett!

Kölcsey Ferenc úgy fogalmazott, hogy

„Az ember egyedül gondolva nem több a magányos vadállatnál, mely élte fenntartásáért zsákmányt keresve bolyong. Emberi ész és erő csak társaságban fejlik ki; s amint valamely embertársaság szerencsésb, szebb, dicsőbb hazává alkotta magát: polgárai minden szépben és jóban aszerént haladhatának. Ezért kell minden művelt embernek a hazát legfőbb gondjává tennie.”

Augusztus 20–a magyarság „legősibb nemzeti ünnepe”. E napon államalapításunkat, Szent István királyunkat, nemzetmegmaradásunkat és az életet jelentő „Új kenyeret” is ünnepeljük. Az új kenyeret, mely az élet táplálója, melyben benne foglaltatik az isteni gondviselés, a teremtő erő, a dolgos kezek munkája, az összefogás, az együttműködés ereje, az élet körforgása.

Kívánom Önöknek, minden FÓTINAK, hogy ez az új kenyér hozzon békét és bőséget nekünk, hozzon hitben és szeretetben megélt szép jövőt!

FÓT VÁROS

Fóti Búcsú

Szent István Napi Program

2021. augusztus 21. szombat

a Fóti tónál

14.00 Sensum Arts "Operett koncert" c. előadás
Közreműködnek: Mádi Piroska, Buch Tibor, Szabó Noémi, Kovács Szilárd és a tánckar

16.00 Kárász Eszter és az Eszter-lánc Mesezenekar
élő koncert

17.15 Muharay esztrád
Fellépők: Koós Réka, Háda János, Gieler Csaba, Bordás Mihály, Zakariás Éva, Iszak Dorottya, Farkas Fanni, Haagen Imre

18.30 Fóti Baptista Gyülekezet Fúvószenekara

Gordonkán játszik: Lőrik Bálint Barnabás
Zongorán közreműködik: Székely Lilla

20.00 Máté Péter EMLÉKKONCERT
Énekesek: Gallusz Nikolett, Szatmári Orsolya, Kovács Áron, Havas Lajos és a 10 tagú zenekar

21.45 Tűzzsonglőrök

2021. augusztus 20. péntek
18.00 Koszorúzási ünnepség
Helyszín: Kisalagi Milleniumi Emlékparkban

Elkezdődött az ABC és a büfé építése a Somlyó-tónál

Amint azt korábban Dr. Vass György polgármester elmondta, az ABC és a büfé építése szerves része a Somlyó-tó fejlesztésének. Az ABC és a büfé épületének végén a Somlyó-tóhoz látogatók számára a tó nyitvatartási idejében használható illemhelyeket is létesítenek.

A Fóti Szabad Waldorf Iskola középiskolai tanárok jelentkezését várja:

- **Matematika szakos középiskolai tanár** (teljes állás)
- **Fizika szakos középiskolai tanár** (óraadói)
- **Történelem szakos középiskolai tanár**

Az állás betöltéséhez egyetemi végzettség szükséges, Waldorf-képesítés előnyt jelent. Fényképes önéletrajzzal, motivációs levéllel várjuk lelkes, a pedagógiai munkára elkötelezett jelöltek jelentkezéseket az *egyesulet@fotiwaldorf.hu* címre.

TÁRLATVEZETÉS A KÁROLYIAK A SZABADSÁGHARCOKBAN című kiállításon

Időpont: 2021. augusztus 19-én 17:30-kor

Helyszín: Római Katolikus Plébániatemplom, Fót

Tárlatvezetést tart: Molnár Krisztina helytörténész és Kiss Eszter képzőművész, tanár

Igény esetén a tárlatvezetés után
a templomot bemutatja:
Mérei Sándor, az egyháztanács kulturális munkacsoportjának vezetője

A kiállítás megtekinthető: augusztus. 22-ig

Minden érdeklődőt szeretettel várnak a rendezők!

Kiss Eszter képzőművész, tanár és Molnár Krisztina helytörténész a tárlat egyik installációja előtt

Tisztelt Üdülőterületi lakosok: így köthetnek rá a szennyvízhálózatra elkerülve a büntetést

Részletek:
Kiemelten szeretnénk felhívni a szennyvízcsatorna rákötésben érintett lakosok figyelmét a Fót Város Önkormányzat területén megvalósuló, KEHOP-2.2.2-15-2016-00081 sz. **„ÉMO 7"** projekt **„Fót Város szennyvízelvezetésének fejlesztése"** projektelem kapcsán a DMRV Zrt. tájékoztató levelében már leírtakra:

1. Az új szennyvízcsatorna gerinchálózat műszaki átadásától 90 nap áll az érintett ingatlantulajdonosok rendelkezésére, hogy saját ingatlanukon kiépítsék a csatlakozó szennyvízcsatornát.
2. Azon lakos, aki a műszakilag rendelkezésre álló közcsatornára nem köt rá, talajterhelési díj megfizetésére köteles, melyet Fót Város Önkormányzata szab ki. A talajterhelési díj kiszabása az ivóvízhasználatuk függvényében történik.
3. A magántulajdonú ingatlan területén jogosult tervező bevonásával kell az ingatlantulajdonosnak a csatlakozó szennyvízvezeték kiviteli tervét elkészíttetni, melyet engedélyezésre a DMRV Zrt. részére be kell nyújtani.
4. A DMRV Zrt. részére benyújtott kivitelezési tervek rövid határidővel elbírálja és az eredményről levélben tájékoztatja a benyújtó lakost.
5. A fogyasztók a DMRV Zrt-től visszakapott, jóváhagyott tervek alapján megépítik a csatlakozásukat, de annak betemetése előtt, azaz a kivitelezés megvalósulását követően a tervekhez csatolt levél szerint eljárva átvételi időpontot kell **egyeztessenek a DRMV Zrt-vel a 06/20/344-8416-os telefonszámon** az üzembe helyezésre vonatkozó helyszíni szemle időpontjáról. A DMRV Zrt. szakembere a helyszínen ellenőrzi a kivitelezett rendszer tervvel való egyezőségét.
6. A DMRV Zrt. részére benyújtott kivitelezési tervek a benyújtástól számított **1 évig érvényesek! Ha 1 évig nem kerül megépítésre az engedélyezett kiviteli terv, akkor újat kell készíteni és benyújtani.**
7. Ha az engedélyezési eljárást megkerülve, **engedély nélkül köt rá** az ingatlantulajdonos a szennyvízhálózatra, az **illegális rákötésnek számít, és szankciót von maga után!**

Teendők a kánikulai melegben

Fóti Közös Önkormányzati Hivatal

A kánikulai meleg, a tartósan magas hőmérséklet károsan befolyásolja az egészségi állapotot. Kedvezőtlenül hat mindenkire, de elsősorban a fizikai munkát végzők szervezetére, mind a szabadban, mind a zárt térben dolgozóknál.

Az idősek körében a tartósan magas hőmérséklet szív-, érrendszeri panaszokat, okozhat. Ezek jelentkezésekor javasoljuk, hogy haladéktalanul keressék fel kezelőorvosukat. Szívgyógyszereket szedő betegek kérjék ki ezzel kapcsolatban kezelőorvosuk tanácsát. Az idősek kánikula idején tartózkodjanak hűvös helyen, kerüljék a szervezetüket terhelő fizikai munkát. Zuhanyozzanak naponta többször langyos vízzel.

A kánikula idején mindenkinek ügyelnie kell a fokozott folyadékbevitelre, szükség szerint a szokásos mennyiség többszörösére is szükség lehet. Kerüljük a tűző napon való tartózkodást 11 és 15 óra között, mivel ilyenkor fokozódik a napszúrás veszélye. A káros UVB sugárzás ellen védjük bőrünket napvédő krémmel és megfelelő, világos színű, természetes alapanyagú ruházattal, széles karimájú vagy ellenzős sapkát, kalapot viseljünk a szemünk védelmére.

Ne hagyjunk kisgyermeket, állatot bezárt gépkocsiban!

A szabadban végzett sportolást is korlátozzuk a reggeli vagy kora esti órákra!

A fizikai munkát végző dolgozóknál ilyen időjárási/hőmérsékleti viszonyok mellett szükséges, hogy a munkáltatók a munkavállalóik számára igény szerint, de legalább félóránként védőitalként 14–16°C hőmérsékletű ivóvizet vagy azonos hőmérsékletű alkoholmentes italt, valamint az előírtaknak megfelelő pihenőidőt biztosítsanak.

Főbb üzenetek a lakosság részére

Kerüljük a meleget	Fontos megjegyzések
Hűtse lakását!	Fontos a szobahőmérséklet mérése!!
Napközben tartsa az ablakokat csukva, használjon függönyt vagy egyéb sötétítőt. Lehetőleg éjszaka szellőztessen. Kapcsolja ki a nem fontos elektromos készülékeket (még a világítást is). Ha van légkondicionáló berendezése, ennek működtetése idején tartsa csukva az ajtót és az ablakot.	Hőhullámok idején, amikor a külső hőmérséklet 35-39 oC közötti, az ideális belső hőmérséklet 28 fok körüli - nem javasolt a túlzott légkondicionálás.
A ventillátort csak rövid ideig lehet használni, mivel kiszárítja a szervezetet! Fontos a fokozott folyadékpótlás!	
Ha a fent említettek nem valósíthatók meg, töltsön el legalább 2–3 órát légkondicionált helyen.	Biztosítva van-e a hűtött helyek elérhetősége? Csak ennek megléte esetén ajánlható!
Kerülje a megterhelő fizikai munkát, a legmelegebb órákban tartózkodjék árnyékban.	
A következő nyárra gondoljon arra, hogyan hűtheti lakását („hideg” festék, párologtató, zöld növények).	
Tartsa testhőmérsékletét alacsonyan, és fogyasszon sok folyadékot, előzze meg a kiszáradást.	
Gyakran zuhanyozzon vagy fürödjön langyos vízben.	Időseknél növelheti az elesés veszélyét.
Használjon vizes borogatást, hűtse lábát langyos vízben.	
Viseljen világos, természetes alapanyagú, bő ruhát. Ha a napra megy, viseljen széles karimájú kalapot és napszemüveget.	
Rendszeresen fogyasszon folyadékot, ne fogyasszon alkohol és magas cukortartalmú italokat!	Fontos a sópótlásra való figyelmeztetés! Vízmérgezés veszélye! A koffein vízhajtó hatására is fel kell hívni a figyelmet.
Ha rendszeresen szed gyógyszert, kérdezze meg kezelőorvosát, hogyan befolyásolják a gyógyszerek a folyadékegyensúlyt.	A lázas betegekre különösen oda kell figyelni! Fokozattan ügyeljünk a lázas gyermekek folyadékpótlására!
Ellenőrizze testhőmérsékletét!	Fontos tudatosítani, hogy ha a testhőmérséklet 38 fok fölé emelkedik, az már káros az egészségre. 39 fok felett hőguta! 40 fok felett életveszélyes állapot!
Tárolja gyógyszereit megfelelő hőmérsékleten.	Ha a szobahőmérséklet 25 fok fölé emelkedik, célszerű a gyógyszereket hűtőben tárolni akkor is, ha ez nincs ráírva a dobozra!
Keresse fel orvosát, ha krónikus betegségekben szenved, vagy többféle gyógyszert szed. Ha bármi szokatlan tünetet észlel, azonnal keresse fel orvosát.	
Tájékozódjon az igénybe vehető segítségekről!	

Klimatizált közintézmények, helyiségek listája Fóton

Klimatizált helyiségek Fóton	Címek
Auchan Áruház Fót	Fót, Fehérkő út
OBI Áruház Fót	Fót, Fehérkő út
Szuper Coop ABC	Kisalag, Németh Kálmán út
Gyógyszertárak	Ezüstfenyő Patika – Fót, Németh Kálmán út 29. | Pandúlia Gyógyszertár – Fót, Szent Benedek u. 15. Somlyó Gyógyszertár – Fót, Vörösmarty tér 4. | Flóra-Medoswiss Patika – Fót, Fehérkő út 1.

FÓT
SPORTEGYESÜLET

GYERE, SPORTOLJ A FÓT SPORTEGYESÜLETBEN SZEPTEMBERTŐL TE IS!

Egyesületünk szakosztályai
6 éves kortól várják a sportolni, mozogni szerető
gyerekek és felnőttek jelentkezését!

Szeptemberben a Fót Sportegyesület sportágválasztó napokat tart az általános iskolákban. Részleteket később, az iskolákkal történő egyeztetések után, a weboldalunkon közlünk. Várjuk a jövő bajnokait!

ÚJ SZAKOSZTÁLYOK SZEPTEMBERTŐL:

SAKK,

TOVÁBBI KÜZDŐSPORTOK: KARATE, KEMPO, MUAY THAI

ATLÉTIKA

ASZTALITENISZ

JUDO

KERÉKPÁR

KÉZILABDA

KOSÁRLABDA

LABDARÚGÁS

MODERN TÁNCOK

RÖPLABDA

TENISZ

TERMÉSZETJÁRÁS

Jelentkezés és további információ: iroda@fotsportegyesulet.hu
Kapitány Zoltán: 06/20 932 0655
www.fotsportegyesulet.hu

FÓT

KOMMUNÁLIS, HÁZHOZ MENŐ CSOMAGOLÁSI (SZELEKTÍV) ÉS ZÖLDHULLADÉK 2021. II. FÉLÉVI SZÁLLÍTÁSI REND

Társaságunk az alábbiakban tájékoztatja Önt a kommunális, az újrahasznosítható csomagolási (szelektív), és a zöldhulladék gyűjtéséről. Együttműködésüket ezúton is köszönjük!

A kommunális hulladékszállítás KEDDI napon történik.

Figyelem! A zöldhulladék szállítása ismét két heti rendszerességgel történik 2021. július 1-től!

HÁZHOZ MENŐ ZÖLDHULLADÉK GYŰJTÉS 2021.		
július	**augusztus**	**szeptember**
13; 27	10; 24.	7; 21.

A kertgondozás során levágott füvet és egyéb lágyszárú növényeket, illetve a lehullott falevelet a DTkH Nonprofit Kft. által **térítésmentesen rendelkezésre bocsátott zöld színű** lebomló műanyag **zsákban**, illetve az ágnyesedéket max. 100 cm hosszú kötegekben összekötve (alkalmanként maximum 1 m^3 mennyiségben), a zöld zsák mellé helyezze ki az ingatlana elé, a közterületet nem szennyező módon.
A mindenkori begyűjtéssel egyidejűleg munkatársaink **2 db cserezsákot** (zöld színű, emblémás) **biztosítanak**. Szükség esetén további zsákokat az alábbi értékesítési helyeken lehet beszerezni átadás-átvételi jegyzőkönyv aláírása ellenében az ingatlanhasználó, vagy meghatalmazottja, a közszolgáltatás számlafizetője nevére. A zsák átvételéhez személyes okmányok szükségesek, mivel a közszolgáltatás ellenértéke, **180 Ft/db**), utólag a Nemzeti Hulladékgazdálkodási Koordináló és Vagyonkezelő (NHKV) Zrt. által kerül kiszámlázásra.
Szállítási alkalmanként, ingatlanonként 2 db ingyenes zsák, valamint további „korlátlan" mennyiségű megvásárolt, kék színű, DTkH emblémás lebomló zsák helyezhető ki.

HÁZHOZ MENŐ CSOMAGOLÁSI (SZELEKTÍV) HULLADÉKGYŰJTÉS 2021.		
július	**augusztus**	**szeptember**
6; 20.	3; 17; 31.	14; 28.

A mindenkori begyűjtéssel egyidejűleg munkatársaink szállítási alkalmanként **a kihelyezett zsákkal megegyező** (csomagolási hulladék gyűjtésére szolgáló, átlátszó színű, emblémás) adnak.
Szállítási gyakoriságtól függetlenül, a megadott napon, az összegyűjtött csomagolási hulladék mennyiségi korlátozás nélkül kihelyezhető bármely átlátszó zsákban.
Kérjük, fokozott gondossággal járjanak el a hulladékok tömörítésével kapcsolatban, ezzel is csökkentve a tároláshoz szükséges hely, valamint a kihelyezésükhöz szükséges zsákok mennyiségét!

FONTOS! Az üveg (színes és színtelen öblös, üdítős, boros, pezsgős) gyűjtése kiöblítve, **az üveg gyűjtőpont(ok)on** történik!

Ügyfélszolgálat és zsák értékesítés

cím	ügyfélfogadás	telefon	e-mail	honlap
Fót, Dózsa György út 31. – Schön Gazdabolt, **Fót**, Németh Kálmán út 62. – Zöld ABC	-	-	-	-
Fót, Vörösmarty tér 1. Önkormányzat	Minden hónap, második keddje 13:00-17:00	-	-	-
DTkH Nonprofit Kft. 2100, Gödöllő, Dózsa György út 69.	H: 7.00 - 19.00 Cs: 8.00-16.00	28/561-200	ugyintezes@dtkh.hu	www.dtkh.hu
DTkH Nonprofit Kft. 2112, Veresegyház, Fő út 35	Sz: 07.00-19.00 P: 8.00-12.00	28/561-200	ugyintezes@dtkh.hu	www.dtkh.hu

Kérjük fokozott figyelemmel tájékozódjanak a helyszínek és nyitva-tartások tekintetében, mert a járványügyi helyzettől függően eltérhetnek a feltüntetetettektől!

Koncertek és családi piknik a Somlyó-tónál

Hat alkalomra tervezett koncertsorozat kezdődött a Somlyó-tónál. A „Kund Grund Kult” rendezvénysorozaton július végén az 1978-ban alakult, fóti illetőségű Zarándok rockzenekar lépett fel.

Az együttes a 70-es 80-as évek hazai rockéletének szinte minden ikonikus számát felvonultatva élvezetes koncerttel lepte meg a tóhoz kilátogató szép számú közönséget.

Bérciné Berke Szilvia önkormányzati képviselő, a rendezvénysorozat ötletgazdája és egyik szervezője tájékoztatása szerint, a következő hetekben minden szombaton 18 órától várják a zenekedvelőket. A képviselőasszony kiemelte, hogy a Kund Grund Kult eseményei nem csak egy koncertsorozatot, hanem kellemes, családi és baráti körben eltöltött estéket kínálnak a tóhoz látogatóknak. A büfé nyitva lesz minden alkalommal, és a szervezők igény esetén a családok és a baráti társaságok számára asztalokat biztosítanak, hogy a zenei élmény igazi közösségi élménnyé is válhasson.

A következő hetekben sorrendben jazz, népzene, komolyzene és egyházzene, valamint olasz est színesíti a kilátogatók esti programját.

Nyilván felötlik sokakban, hogy mit takarhat a Kund Grund Kult elnevezés. Bérciné Berke Szilvia elmondta, hogy az elnevezéssel a XIX. század elején élt Kund Pál Lajosnak állítanak emléket, aki megvásárolta a mai Kisalag területét – akkor szántóföld volt – egészen Fótújfalu határáig és felparcellázta azt. Kund Pál Lajos sokat tett a városért az oktatás és kultúra területén is, ezért őt választották névadóként. A grund pedig a Somyló-tó környékére, mint térre utal, a kult pedig a kultúra rövidítése.

A rendezvénysorozaton mindenkit szeretettel várnak egyedül, a családjával vagy a barátaival, aki szeretné jó zene mellett kellemesen tölteni a szombat estéit.

A koncertek ingyenesek mindenki számára!

Kezdődik a műfüves focipálya építése

Átadta a területet az önkomrányzat a kivitelezőnek, ezzel kezdetét vette a szabványos méretű műfüves labdarúgópálya építése. A műfüves pályát az elkészülését követően az önkormányzat a Fót Sportegyesület (FSE) hasznosításába adja át, hogy minél több fóti gyermek és felnőtt használhassa.

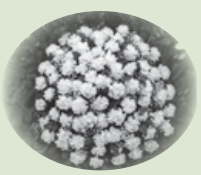
Hagyományt teremtünk!

Verebes Vanda szülei úgy gondolták, hogy örömüket megosztják városunk lakóival és a száraz adatok mellett fotót is küldtek kislányukról. Kérjük, hogy azok a szülők, akik azt szeretnék, hogy gyermeküknek ne csak a neve és a születési dátuma, hanem a fotója is bekerüljön a lapba, küldjék el számunkra a baba fotóját (minél nagyobb felbontásban, hogy a fotó nyomtatásban is szép legyen) az adatokkal az *ujfotihirnok@gmail.com* e-mail címre.

Az augusztusi lapszámunkban bemutatkozik:
Verebes Vanda
2021.05.19.

90. születésnapja alkalmából városunk vezetői köszöntötték Csöme Jánosnét. Jó egészséget kívánunk!

Anyakönyvi hírek



Születtek:

05.06. Csulik Simon
06.23. Kocsis Vilmos
06.25. Bálint Adél
06.26. Boros Jázmin Elza
06.26. Tuza Stella
06.29. Tóth Melinda
06.30. Kormos Olivér Sándor
07.01. Antal Janka
07.03. Ficzay Kata Fruzsina
07.08. Aranyos Ákos
07.16. Forgács Nilla

Házasságot kötöttek:

07.03. Bertalan Csongor és Taylor Abigail Hanna
07.03. Tóth Patrik és Eszer Lili
07.23. Lieszkovszky Károly és Cser Viktória
07.09. Rédesi László Mihály és Szolár Eszter Brigitta
07.10. Gál Norber és Póth Cintia Evelin
07.16. Gaburi Roland Norbert és Francsi Anett
07.31. Dévald Krisztián és Németi Tímea

Elhunytak:

Bujtor Jenőné	83 év
Farkas Tibor	32 év
Frigyik lstván	65 év
Hegedűs Jánosné	7I év
Hirrmann Gyuláné	69 év
Kalmár Jánosné	67 év
Kapcsos Sándor	79 év
Kotesz Erzsébet	68 eV
Kövesdi László	76 év
Takács Jánosné	83 év

Nyári pihenés egész héten

Érvényesség: június 01. – szeptember 30.

A csomag tartalma:
Szállás, svédasztalos reggelivel, svédasztalos vacsorával
Ajándék: Személyenként 1 db kezelés a Hotel gyógyászati részlegében
Külső-belső gyógyvizes medence /100% gyógyvízzel feltöltve/, úszómedence, gyerekmedence, szauna, sókamra, infrakabin.
Fürdőköntös
Napi egy kancsó lúgosított egészségvíz
Wifi, zárt parkoló
Hajnal szárny: 68 000,-Ft/fő/5éj, 78 000,-Ft/fő/6éj
Kikelet szárny: 73 000,-Ft/fő/5éj, 84 000,-Ft/fő/6éj

Hétköznapi aranynapok ősztől

Érvényesség: október 01. – december 22.

Kivéve péntek, szombat éjszaka és a kiemelt ünnepi időszakok.

5 nap / 4 éjszaka
A csomag tartalma:
Szállás, svédasztalos reggelivel, svédasztalos vacsora
Ajándék: Személyenként 1 db kezelés a Hotel gyógyászati részlegében
Külső-belső gyógyvizes medence /100% gyógyvízzel feltöltve/, úszómedence, gyerekmedence, szauna, sókamra, infrakabin.
Fürdőköntös
Napi egy kancsó lúgosított egészségvíz
Wifi, zárt parkoló

Hajnal szárny: 48 000,-Ft/1 fő/4 éj
Kikelet szárny: 50 000,-Ft/1 fő/4 éj

HAJNAL HOTEL MEZŐKÖVESD* 3400 Mezőkövesd Zsory-fürdő, Hajnal u. 2.
Tel: 06 (49) 505-190 | Fax: 06 (49) 505-199 | Mobil: 06 (30) 539-4173 | info@hajnalhotel.hu | www.hajnalhotel.hu

Street Fót kisbüfé Fót központjában

Kedves Vendégeink!
A Street Fót csapata idén is meghozta a várva-várt nyolc hetes étlapját!
Tradíciónális magyar konyha, különlegességek, újdonságok, szezonális finomságok!
Várunk sok szeretettel mindenkit!
Táboroztatást idén nyáron is vállalunk!
Házhozszállításunk díjmentes!

Menü ára: 1090.-

2151 Fót,Móricz Zsigmond u. 10.
06 20 299 2442

Szépkártyás/Bankkártyás fizetési lehetőség

Balogh Dávid

Fóti emlékek Kecskeméten

A Fóti Települési Értéktár Bizottság tagjai, néhány támogatójának és segítőjének kíséretében 2021.07.27-én ellátogatott Kecskemétre, hogy megtekintse az *„Örök emlékül”* című kiállítást a Magyar Fotográfiai Múzeumban, melyet dr. Fogarasi Klára fotótörténész, néprajzkutató rendezett. Klárával a tavalyi évben rendezett fóti lakodalmas kiállításon találkoztam, ahol leendő tárlatához válogatott néhány fényképet. Nagy megtiszteltetés és öröm, hogy Fót öt fényképpel és egy gyöngyös koszorúval (Fóti Települési Értéktár és magántulajdonosok) hozzájárulhatott a kiállítás létrejöttéhez. Klára kurátori tárlatvezetése alkalmával feltárta előttünk ezt az eddig ismeretlen világot. Érdekfeszítően mesélt többéves kutató-, gyűjtőmunkájának eredményeiről:

„Örök emlékül” című kiállítás belső tere

Néhány gondolatot mondanál a kurátori koncepcióról?

Fogarasi Klára: A cél az volt, hogy a fényképek használatának minél sokoldalúbb változatait mutassam be: kik (férfiak vagy nők), mikor (milyen alkalmakkor), milyen formában (fából faragva, karcolva, fémbe öntve, textilre hímezve, agyagba égetve, stb.) díszítették szívüknek kedves családi – vagy valamilyen jeles alkalomból önmagukról készült fényképeiket. A gyűjtés során derült ki, hogy sokkal gazdagabb és minden képzeletet fölülmúló változatosságot mutatnak a megtalált darabok, mint amit reméltem. A saját gyűjteményem 4-5 év alatt állt össze – de sok időt igényelt, folyamatosan figyelemmel kísértem az eladásra kínált változatokat, és arra törekedtem, hogy a fontosabb típusok, technikák, anyagok képviselve legyenek. Amikor az NKA kutatói ösztöndíját megkaptam, akkor pedig több országos múzeum anyagát tekintettem át. Ez megerősítette korábbi tapasztalataimat, nevezetesen, hogy tudománytörténeti besorolásuk, kezelésük mennyi problémát vet föl: a fényképek kikerülnek a keretekből és különböző gyűjteményekben, eredeti összefüggésrendszerükből kiszakítva élik tovább az életüket. Ezért született meg a *Hontalanok honosítása* c. elméleti jellegű írás, amely a Fotóművészet ez évi első számában olvasható.

Hogyan jött a kiállítás ötlete, mennyi ideig tartott előkészíteni az anyagot?

Fogarasi Klára: Az említett évek során összegyűlt saját, és a múzeumokban fényképezett darabok, a virtuálisan föllelhető továbbiak ismerete nyomán született meg egy összegző tanulmány, s készítettem magam számára egy albumot – amelyet megmutattam a kecskeméti Fotómúzeum igazgatójának, aki lelkesen támogatta a kiállítás ötletét – amely eredetileg tavaly nyáron kellett volna hogy elkészüljön, de a pandémia miatt erre az évre halasztódott.

Mennyi kiállított tárgyat láthatunk?

Fogarasi Klára: 362 tárgy látható a kiállításon: fele részben múzeumi, fele részben magángyűjtemények anyagából.

Melyik a legkorábbi és legkésőbbi fénykép?

Fogarasi Klára: Nehéz a kérdésre válaszolni, miután nagyrészt hányatott sorsú tárgyakról van szó, és kevés a datált (dátummal ellátott) változat. A saját gyűjteményemben 1868-as a legkorábbi, de a múzeumokból kölcsönzött dagerrotípiák jóval korábbiak. A legkésőbbi pedig az 1940-es évekből származik, bár itt is lehetséges az időeltolódás, hiszen egy-egy technika, motívum alkalmazása sokáig megmaradt – s előfordul, hogy egy szeretett nagyszülő fényképe kerül a keretbe, de a fordítottjára is van példa: egy ügyeskezű családtag szép keretébe helyezett régi fénykép fölé újat helyeznek: az unokákról készült friss felvételt.

dr. Fogarasi Klára fotótörténész, néprajzkutató, a Fóti Települési Értéktár Bizottság tagjai, segítői és támogatói az „Örök emlékül" című kiállításon

A fóti anyag milyen helyet foglal el a kiállításon?

Fogarasi Klára: A fóti keretezett gyöngyöskoszorú a leglátványosabb darabok egyike: méretei és a koszorú díszítményei miatt, ezért a bejárattal szembeni fő falra került, hogy aki belép, rögtön megpillanthassa. De a kisebbek is izgalmasak, hiszen a rajtuk szereplő monogramok és dátumok révén is kideríthető, abban az évben kik kötöttek házasságot. Itt egyébként is szerencsés a helyzet, mert még maguk a képen látható nők vagy férfiak is élnek, vagy a leszármazottaik el tudják a kép történetét mesélni. Rendkívül fontosak ezek a történetek, hiszen itt minden egyes darab egyedi és különleges: mert a fotó készítése, alkalma, vagy a személy volt becses – ezért érdemelte ki a míves kialakítású kereteket – amely így külleme, esztétikai megjelenése révén is kiemelkedett a hétköznapi tárgyak sorából.

A menyasszonyi koszorús esküvői képek pedig a falusi tisztaszobák falán különösen becses emlékeknek számítottak: a koszorú – mint szentelmény – keretezte az ifjú pár fényképét: mert a hagyomány úgy tartotta, így a házasságuk is áldott és megszentelt lesz.

A kiállítás megtekintésének alkalmával a keretek változatosságára, díszítettségének sokszínűségére csodálkozhat rá a látogató. Egy olyan tárgyegyüttest sikerült összegyűjteni és értő módon interpretálni, amelyet még egyben sosem láthatott a nagyközönség. Így Mindenkit arra bíztatok, hogy látogasson el és nézze meg augusztus 22-ig Kecskeméten, a Magyar Fotográfiai Múzeumban ezt a különleges, fóti emlékeket is tartalmazó, egyedi tárlatot!

Fóti fényképek és gyöngyös koszorú az „Örök emlékül" című kiállításon

Képzőművészeti alkotótábor volt Fóton

Az Alkotótábort Kiss Eszter képzőművész, tanár és a lánya Potyók Sára a MOME fotográfia szakos hallgatója tartották. A tábor kicsiknek július 5. és 9., a nagyobbaknak – 7. osztálytól – július 19. és 23. között zajlott.

Kiss Eszter már 19 éve vezet művészeti szakköröket Fóton. A nyári szünetekben pedig tehetséggondozó szaktáborokat tart gyerekeknek. A táborok értékét jól mutatja, hogy Kiss Eszter sok korábbi tanítványa a saját területén mára elismert művésszé vált.

A kicsiknek alkotással egybekötött kirándulások, és tematikus élményfestés színesítették a napokat.

A napi alkotások alapját Wass Albert, *„Erdők könyve”* című (Mese az erdőről) művének játékos feldolgozása a rajzolás és a festészet eszközeivel adta. Miközben a gyermekek részt vettek a mese helyszíneinek, karaktereinek, eseményeinek a képi megjelenítésében, azonosulni is tudtak a mű örök érvényű tanításaival is. Azért, hogy a mozgás is szerepet kapjon, és a gyerekek felfrissüljenek, a rajzolás-festés alaptevékenységet minden nap mozgásos játékkal egészítették ki.

A nagyobbak, bár ők is szabadabb formában, elmélyültek a képzőművészeti technikák és különböző ábrázolási módszerek megismerésében, alkalmazásában és a kreatív képalkotásban.

Az „idősebb” csoport a tábor során előtanulmányokat folytatott az *Emese álma* című magyar monda feldolgozásához. Ennek során különböző táj-, madár-, és portré tanulmányokat végeztek, valamint különböző képi motívumokat gyűjtöttek. Aztán a gyűjtésük eredményét kompozíciós és képszerkesztési gyakorlatok, majd az elkészült képek – a mondáról, A2-es méretben – formájában láthatták a tábor zárásaként

bemutatott kiállításon a szülők, melyekről Potyók Sára fotókat is készített.

Kiss Eszter elmondta, azért választották az Emese álma mondát, mert ennek a képi feldolgozásával, a képzőművészeti ismeretek elsajátítása és elmélyítése mellett, a résztvevő gyerekek bepillantást nyertek őstörténetünk mondavilágába is.

fotó: Potyók Sára

Császárral szült édesanyákat segít a Császárvonal fóti csapat

2018-ban két édesanya és egy édesapa gondolt egyet, s olyan kezdeményezést hívott életre, mellyel évente sok tízezer anyának segítenek az országban, de országhatárainkon túl is. A Császárvonal megálmodói mindannyian fóti lakosok, s azért dolgoznak, hogy a császárral szült édesanyák szülésre való testi-lelki felkészülését, gyógyulását segítsék.

A Császárvonal két szakember véletlen találkozásából létrejött projekt, melynek célja, hogy a császármetszéssel szülő/szült édesanyákat támogassa, a műtét utáni regenerálódásról, a későbbi hüvelyi szülés lehetőségeiről részletes és hiteles információt adjon. **Kiss Verus**, egészségügyi újságíró, dúla, illetve **Rákosi Dóra** gyógytornász, IBCLC és csapata kezdeményezéséhez ma már számtalan szakember csatlakozott. A nem mindennapi – és a hazai 41%-os császárarány fényében is hiánypótló – ötlet ráadásul 2019 őszán elnyerte a *Nekem Szól! Egészségértés* díjat, 2020 tavaszán pedig a *Richter Anna Díjat* hozhatta haza Fótra, Hegmesék nevű kampányával.

Mi a Császárvonal?

2018-ban egy ingyenesen letölthető mobilapplikációt hoztak létre Verus szoftverfejlesztő férje, **Csáki Gergő** segítségével, melyben minden szükséges tudnivaló megtalálható a hasi szüléssel kapcsolatban, a kórház előtti, a műtét körüli, a gyermekágyi és az azt követő időszakról is, erős fókusszal a műtét utáni rege-

Rákosi Dóra, Kiss Verus és Csáki Gergő

A Császárvonal Jakupcsek Gabriella műsorában

nerációra. 120 oldalnyi informatív, szakterületenként lektorált, olvasmányos cikk, GYIK, szótár, császáros kelengyelista- és szülésiterv-összeállító kapott benne helyet, a kezdeményezés mellé pedig dr. Prosszer Mária, szülész-nőgyógyászt kérték fel támogatóul.

Az alkalmazás mellett egy szakértőkkel működtetett Facebook-csoportot is életre hívtak, ahol a témához kapcsolódóan bárki kérdezhet, informálódhat. A Császárvonal havonta több ezer anyának igyekszik segíteni, amire úgy tűnik, igen nagy szükség van, mert a tapasztalat az, hogy óriási tévhitekkel, információhiánnyal kerülnek az érintettek a műtőbe. A projekt missziója a szülő nők körüli segítők, védőnők, dúlák, edzők összefogása, képzése és érzékenyítése is a témában. Rendszeresen szerepelnek a tévében, rádióban, gyakran hívják meg őket szakértőnek császármetszéssel kapcsolatos témában.

A Császárvonal weboldala dinamikusan bővül hétről hétre (*csaszarvonal.hu*), jelen vannak valamennyi nagyobb közösségimédia-felületen, Youtube-csatornájukon rendszeresen tesznek közzé hasznos videókat, rengeteget beszélnek a császár utáni regeneráció lépéseiről, az élethosszig tartó hegkezelés fontosságáról, a szülési traumák oldásának jelentőségéről és azok lehetőségeiről. Egyedülálló, gyógytornászuk által összeállított videótárukban (*csaszarvonal.hu/videotar*) minden szükséges mozgásprogram megtalálható, ami a császármetszés és a VBAC (császár utáni hüvelyi szülés) előtti időszaktól a szülés utáni visszaerősödésig az anyákat segíti, online elérhetően.

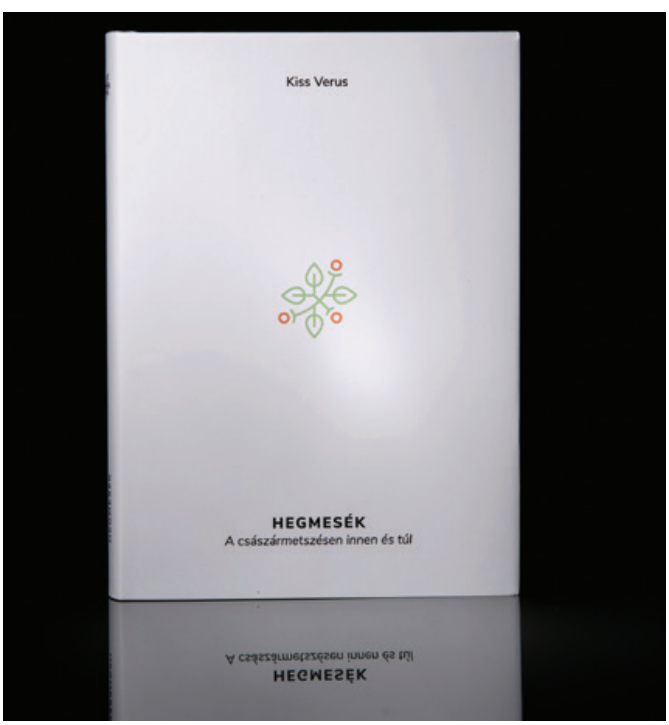
Fótért és Fóton

A kezdeményezés egyik alapítója, a négygyermekes Dóra a Levendula Gyógyközpontban dolgozik, őt szerte az országból keresik az anyák, sőt a külföldről időről időre hazatérő érintettek is kijárnak hozzá Fótra – szülés utáni regenerációval, hegkezeléssel kapcsolatos holisztikus szemlélete okán.

Rákosi Dóra előadást tart a védőnőknek

A gyógyközpont egyébként már többször helyszínt biztosított a Császárvonalas előadásoknak, sőt az első tornavideókat is itt forgatták, Pesti-Schuchardt Adrienn-nel, aki a központ megálmodója és vezetője. A fóti és környékbeli védőnőknek itt tartott képzést a csapat 2020 telén, s minden helyi szakember kapott Hegmesék című, Richter Anna Díjas könyvükből társadalmi felelősségvállalásuk jegyében. Az utóbbi időben, az egyre bővülő videótáruk új anyagait egy másik fóti helyszínen készítik, Tiboldi Tamás fotós segítségével, rengeteg környékbeli, hozzájuk közel álló edző, gyógytornász és civil közreműködésével. Sikerük töretlen: ismerik és követik munkájukat Japántól Erdélyig, Kanadától Németországig, s ez is bizonyítja: kisvárosból is indulhat nagyívű, társadalmilag hasznos projekt, nincsenek határok.

MK



Kutyanevelési tippek | Zelena Gergőné

Kölyökkori szocializálás fontossága és a tanítás

Egyre többen tartanak kutyát, és jogos elvárásuk, hogy kedvenceik helyesen viselkedjenek. Egy-egy találkozás során ne verekedjenek más kutyákkal és fogadjanak szót. Ám ezért tenniük is kell!

Sokat várunk el négylábú kedvencünktől. Ahhoz azonban, hogy álmaink kutyájává válhasson, már a kölyökkorban el kell kezdenünk ennek megalapozását. A kölyökkori szocializáció ugyanis nélkülözhetetlen. Akárcsak az ember gyerekeknek, a kutyáknak is szükségük van arra, hogy más hasonló korú kölyökkel játékosan megtanulják a szociális élet szabályait.

Kutya szabályok

Fontos szabály például, hogy nem durvulhat el a játék és a félősebb kölyköket tilos üldözni. A helytelen játéknak a természetben az anyakutya véget vet, tegyük mi is azt. Szükséges is olykor fegyelmezni és leállítani a túlzott agresszivitást, mert ezzel éreztetjük a kutyánkkal, hogy rossz, amit tesz.

Jó tudni azt is, hogy mindenki a saját kutyájáért vállal felelősséget! A gazdi kötelessége leállítani a rosszalkodó kölyköt! Ez is része a szociális viselkedésnek. Ha kiskutyánkkal rendszeresen járunk közösségbe, kiegyensúlyozottá válik és kellemes társ lesz belőle. Akkor bárhova is vigyük magunkkal, elkerülhető a későbbi verekedés vagy más konfliktus a többi kutyával. Az így szocializált kutyát ismerjük ki a legkönnyebben. Róla tudni fogjuk, hogyan reagál bizonyos helyzetekre vagy kutyákra, és így elkerülhető a baj.

Számos esetben alakul ki verekedés szocializálatlan kutyák között. Ezeket általában azok az ebek okozzák, amelyek kölyök korukban nem jártak közösségbe. Így aztán félreértik a másik kutya jelzéseit, vagy egyszerűen minden kutyát ellenségnek tekintenek. És ez érthető is, hisz nem volt pozitív élményük más kutyákkal. Nagyon fontos, hogy tegyünk ellene!

Az időnk lejár...

És erre elég kevés időnk van. A kutyánk életében hamar eltelik ez a fontos bevésődési időszak! Ennek a megoldására a kutyaovik, a kutya napközik, a kutyafuttatók vagy a kutyás séták tökéletesek! Érdemes megválogatni a játszó partnert is. A mi feladatunk, hogy a másik kutya ne csak korban, de méretben is megfelelő legyen, hisz a túl nagy méret különbség könnyen sérüléshez vezethet.

Csak játékkal azonban nem érjük el a szuper szófogadó kutyát! Azért nekünk is tennünk kell! A kölyökkor a legjobb korszak arra, hogy megszerettessük velük a tanulást! Jutalomfalattal egyszerű feladatokat adjunk nekik, hogy sikerélményük legyen. Ilyen pél-

dául az ül, a fekszik, a lábhoz, a hozzám és más hasonlóan egyszerű vezényszavak. Ahogy kedvencünk növekszik, egyre nehezebb feladatokat adhatunk neki.

Hol?

Fontos az is, hogy minél változatosabb helyen gyakoroljuk, annál megbízhatóbban fog menni a feladat. *Tipp:* Etetésnél a saját eledelét feladatért cserébe adjuk neki. De ezek a feladatok legyenek változatosak! Például az egyik etetésnél az ültetés helyben maradást vegyük, a következő etetésnél pedig a fektetést alkalmazzuk. Minden jól végrehajtott gyakorlatért egy kis adag kaja jár. Fontos szabály: 5–10 percnél ne gyakoroljunk többet! Ha már nem éhes fejezzük be a gyakorlást, és legközelebb próbáljuk az előtt abbahagyni a közös munkát, mielőtt ő unja meg. A kutyakiképzés fontos szabálya, a csúcson kell abbahagyni! Idővel nehezíthetünk és összetett feladatokat is adhatunk kutyánknak, de fontos a jó alap. Ezzel az apró trükkel figyelmesebb, kötődőbb és ügyesebb kutyát kaphatunk. És mint sok mindent az életben, soha nem késő elkezdeni!

Dobozi-Dudás Bernadett |

Fóti Egészségnap – Élmény testnek és léleknek

2021. augusztus 28. szombat Vörösmarty Művelődési Ház

Fóti EGÉSÉGNAP

Embert próbáló másfél év van mögöttünk és még most sem látjuk igazán a végét. Novemberi Egészségnapunk sajnos a koronavírus-járvány áldozata lett, így most újult erővel vetettük bele magunkat az újbóli megszervezésébe. Az elmúlt időszak számtalan területen változást követelt életünkben, társas kapcsolataink átformálódtak, napi rutinunk átalakult, több időnk jutott az otthonunkra, magunkra, ezzel együtt a gondolatainkra. Talán a saját és a családunk egészségét is egy más megvilágításba helyezte. Ezért is érezzük úgy, hogy egy Egészségnap tökéletes helyszíne lehet az „újratalálkozás" és az „énidő" keresztezésének. **Rendezvényünk célja**, minél szélesebb körben felhívni a figyelmet az egészségmegőrzés, a betegségmegelőzés fontosságára, a sport, a mozgás szeretetére szolgáltatások, előadások formájában. Nem titkolt szándékunk az egészségnap résztvevőit ösztönözni a helyes táplálkozásra, a mozgásra, a lelki egészségvédelem fontosságára, hiszen az egészség tudatos megőrzése komplex feladat. Ebben segíthet **I. Fóti Egészségnap**, melyet augusztus 28-án, szombaton rendezünk meg a Vörösmarty Művelődési Házban.

Részletes program:

10.00 **Salsation+Pound** Mezei Eszterrel és Faluvégi Andrással – A **Salsation** egy funkcionális edzésen alapuló vidám és addiktív táncos fitness program, igen erős zeneiséggel, illetve lírai kifejezéssel, a Pound pedig egy olyan cardio edzésforma, amely egyrészt igazán átmozgatja, megdolgoztatja az egész testet, másrészt a zene ritmusa, hangulata, üteme felébreszti a benned „szunnyadó" rocksztárt. Most itt az idő, hogy mindkét edzésformát megismerd és kipróbáld!

11.00 **Kismama regenerációs program**. Hogyan kezdjük újra a mozgást szülés után? – Mezei Eszter előadása

12.00 **Gerinctréning** a Levendula Gyógyközpont szervezésében – A torna segít megelőzni a gerinc- és mozgásszervi problémák kialakulását. Megerősíti a gerinc stabilitásáért felelős izomcsoportokat. Helyreállítja a gerinc mobilitását.

13.00 **Zumba** Mezei Eszterrel és Fort Alexandrával – Eszter 20 éve tart csoportos és egyéni fitnesz órákat, fitnesz-szakmai vezetőként dolgozik, hetente több alkalommal a Művelődési Házban is megmozgatja a sportolni vágyókat.

14.00 **Katus Attila előadása:** Hogyan hatnak étkezési szokásaink az immunrendszerünkre?

Eközben 10 órától a Fót Sportegyesület sportjátékait tekinthetik meg az érdeklődők, 14 órától pedig a Városi Gyermeknapon nagy sikert aratott Freestyle foci bemutató várja a kicsiket és nagyokat a Művelődési Ház udvarán. A rendezvényen részt vesznek a területi védőnők is tanácsadás, beszélgetés formájában.

A rendezvényre a belépés díjtalan, beltéri programjaink regisztrációhoz kötöttek, melyet a **www.vmh.hu** weboldalon tehetnek meg az érdeklődők.

Várunk Mindenkit szeretettel!

RENDELÉSI IDŐK

hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
FELNŐTT HÁZIORVOSI RENDELŐ Fót, Szent Benedek u. 15., 06-27-358-104, 358-438				
Dr. Albert András - 06-27-740-439, 06-27-358-104, előjegyzés: 06-27-740-439, www.erodium.hu				
14 - 18	9 - 13	14 - 18	8 - 12	13 - 16
Dr. Orbán Győző - 06-27-358-104, 06-20-421-644, előjegyzés kérhető: 06-27-358-104				
15 - 18	8 - 12	15 - 18	9 - 13	13 - 15
Dr. Vincze Katalin - 06-27-358-104, 06-30-952-4279, előjegyzés kérhető: 06-27-358-104				
8 - 12	15 - 17	8 - 12	15 - 17	8 - 11
Dr. Tóth Szilvia - 06-27-358-104, 06-20-992-8960, előjegyzés: 06-27-358-104, www.erodium.hu				
8 - 12	13 - 17	9 - 13	13 - 17	8 - 12
FELNŐTT HÁZIORVOSI RENDELŐ Fót, Németh K. u. 40.				
Dr. Szép Imre Zoltán - 06-27-358-181, előjegyzés: www.erodium.hu				
8 - 12	12 - 15:30	8 - 12	12 - 15:30	8 - 11
Dr. Vozák Mária - előjegyzés kérhető: 06-27-816-165				
8 - 12	13 - 17	8 - 12	14 - 17	8 - 11
FELNŐTT HÁZIORVOSI RENDELŐ Fót, Eötvös u. 2., 06-27-358-067, 06-20-462-1795				
Dr. Kővágó Kálmán - előjegyzés kérhető: 06-27-358-067				
10 - 14	10 - 14	13 - 17	14 - 18	8 - 12
NAPPALI SÜRGŐSSÉGI ÜGYELETI ELLÁTÁS Fót, Szent Benedek u. 15., 06-27-998-699				
8 - 18 óráig	8 - 18 óráig	8 - 18 óráig	8 - 18 óráig	8 - 16 óráig
ÉJSZAKAI - HÉTVÉGI ÜGYELETI ELLÁTÁS Fót, Szent Benedek u. 15., 06-27-998-699				
18 órától reggel 8 óráig	18 órától reggel 8 óráig	18 órától reggel 8 óráig	18 órától reggel 8 óráig	16 órától hétfő reggel 8-ig
GYERMEK HÁZIORVOSI RENDELÉSEK Fót, Szent Benedek u. 15., 06-27-358-104, 358-438				
Dr. Kovács Éva Zsuzsanna				
11 - 13	12:30 - 15:30	8:30 - 11:30	11 - 14:30	11:00 - 15:00
Dr. Albi Marianna				
15 - 18	10 - 12	14:30 - 17:30	8 - 11	11:00 - 15:00
GYERMEK TANÁCSADÁS - ELŐJEGYZÉS ALAPJÁN 06-27-358-104, 358-438				
8:30 - 11 Dr. Kovács Éva	7:30 - 10 Dr. Albi Marianna			
VÉDŐNŐI VÁRANDÓS TANÁCSADÁS - ELŐJEGYZÉS ALAPJÁN 06-27-358-104				
	10 - 12 V. körzet 14 - 16 VII. körzet	8 - 10 VI. körzet 14 - 16 II. körzet	8 - 10 I. körzet 14 - 16 IV. körzet	8 - 10 III. körzet
VÉDŐNŐI CSECSEMŐ, GYERMEK, IFJÚSÁGI TANÁCSADÁS - ELŐJEGYZÉS ALAPJÁN 06-27-358-104				
10:30 - 13:30 VII. körzet	8 - 10 V. körzet	10 - 12 VI. körzet 12 - 14 II. körzet	10 - 12 I. körzet 12 - 14 IV. körzet	10 - 12 III. körzet
LABORATÓRIUM Fót, Szent Benedek u. 15., - ELŐJEGYZÉS ALAPJÁN 06/-27-359-738				
7:00 - 7:30 Leletkiadás 7:30 - 9:00 Vérvétel 12:00 - 13:00 Leletkiadás	7:00 - 7:30 Leletkiadás 7:30 - 9:00 Vérvétel 12:00 - 13:00 Leletkiadás	7:00 - 7:30 Leletkiadás 7:30 - 9:00 Vérvétel 12:00 - 13:00 Leletkiadás	7:00 - 7:30 Leletkiadás 7:30 - 9:00 Vérvétel 12:00 - 13:00 Leletkiadás	7:00 - 7:30 Leletkiadás 7:30 - 9:00 Vérvétel 12:00 - 13:00 Leletkiadás
Előjegyzés kérhető munkanapokon a 06/27-359-738-as telefonszámon 10 és 13 óra között, vagy személyesen a laboratóriumban 9 és 9:30 óra között.				
NŐGYÓGYÁSZATI SZAKELLÁTÁS Fót, Szent Benedek u. 15., 06-27-358-104, 358-438				
	Dr. Orbán Győző 15-16 adminisztráció (előjegyzésre) 16-18:30 nőgyógyászati rendelés 18:30-21 TP felülvizsg. (előjegyzésre)	Dr. Orbán Győző 7- 8 adminisztráció (előjegyzésre) 8-12 nőgyógy. rend. (előjegyzésre) 12-15 TP felülvizsg. (előjegyzésre)		Dr. Orbán Győző 7- 8 adminisztráció (előjegyzésre) 8-12 nőgyógyászati rendelés 12-13 TP felülvizsg. (előjegyzésre)
HASI ULTRAHANG VIZSGÁLAT Fót, Szent Benedek u. 15., - ELŐJEGYZÉS ALAPJÁN 06-27-358-104, 358-438				
Dr. Tornyi András 7-8 adminisztráció 8-14 UH rendelés				
AUDIOLÓGIAI SZŰRŐVIZSGÁLAT Fót, Szent Benedek u. 15., ELŐJEGYZÉS ALAPJÁN 06-20-491-4604				
				15 - 17
FOGÁSZATI RENDELÉSEK Fót, Szent Benedek u. 15. - ELŐJEGYZÉS ALAPJÁN				
Dr. Tóth Zsuzsanna és Dr. Halász János: 06-27-360-623 • Dr. Barok Ágnes és Dr. Rafie Reza: 06-27-395-466				
7 - 13 Dr. Rafie Reza 13 - 19 Dr. Barok Ágnes 13 - 19 Dr. Tóth Zsuzsanna 13 - 19 Dr. Halász János	7 - 13 Dr. Tóth Zsuzsanna 7 - 13 Dr. Halász János 7 - 13 Dr. Barok Ágnes 13 - 19 Dr. Rafie Reza	7 - 13 Dr. Rafie Reza 13 - 19 Dr. Barok Ágnes 13 - 19 Dr. Tóth Zsuzsanna 13 - 19 Dr. Halász János	7 - 13 Dr. Tóth Zsuzsanna 7 - 13 Dr. Halász János 7 - 13 Dr. Barok Ágnes 13 - 19 Dr. Rafie Reza	7 - 13 Rafie Reza 13 - 18 Dr. Tóth Zsuzsanna 13 - 18 Dr. Halász János

Figyelem: a táblázat a nyári szabadságok miatti változásokat nem tartalmazza!

Balogh Dávid |

A Levente Egyesület Fóton

A fóti Levente Egyesület csoportképe, a bal szélen Kerekes Gyula református tanító, 1920-as évek vége és 1930-as évek első fele

Országos szinten az iskolából kimaradt fiatal 12–21 év közötti fiúk katonai előképzettségét és nemzeti szellemű nevelését *Levente Egyesületek* alapításával segítették elő az 1920–as évektől kezdődően. Magyarországon a *leventeszervezetek* kialakulását a trianoni békeszerződés katonai korlátozásainak kijátszása hívta életre. Az 1921. évi LIII. testnevelési törvény (ún. *leventetörvény*) fektette le, hogy az iskolakerülő fiataloknak hetente egyszer bizonyos óraszámban testnevelési gyakorlatokat kell végezni ellenőrzött keretek között, mely a Honvédelmi Minisztérium irányításával a katonai előképzést szolgálta.[1]

Az egyesületek tagjait leventéknek nevezték, akik a kiképzések, foglalkozások alkalmával civil ruhában jelentek meg, kivételes alkalmakkor, rendezvényeken, megemlékezéseken ünnepibb ruházatot hordtak. Egységes viseletük fekete nadrágból, fehér ingből, esetleg posztókabátból, leventesapkából és arra tűzött liba szárnytollból állt. Az egyesület tagjai között a törvény által előírt köszönés *„Szebb jövőt!”* volt, melyre a kötelező válasz az *„Adjon Isten!”*. [2]

A katonai kiképzések alkalmával elsajátították a fegyverek kezelését, gondozását, fapuskával, fa kézigránátokkal gyakoroltak. Különböző lövészeteken vettek részt és versenyeket is rendeztek. A tagok között szigorú fegyelem uralkodott. A *leventeoktatók* között gyakorta tisztek is voltak. Egy-egy ilyen kiképzés általában 10 hónapig tartott, hetente legalább 4 órában. Ez az idő elegendő volt, hogy a megfelelő honvédelmi és katonai ismereteket elsajátíthassák.

Kötelező jellegük révén a *leventemozgalmak* nem örvendtek nagy népszerűségnek, ezért próbálták a cserkészet megoldásait alkalmazni bizonyos esetekben több-kevesebb sikerrel. Társadalmi elfogadottságukat a helyi közösségi életben betöltött szerepük legitimizálta. Különböző sport- és kulturális eseményeket, kirándulásokat, előadásokat, bálokat szerveztek, emellett a megemlékezéseken, ünnepeken (pl.: úrnapi körmenet, Hősök napja) katonás rendben vonultak fel.

A *leventemozgalmaknak* a II. világháború borzalmai vetettek véget: 1944-ben a nyilas hatalomátvételt követően a leventéket is harcba küldték, közülük sokan a frontvonalban harcolva fogságba estek, vagy életüket vesztették. A Szálasi-kormány elrendelte az ún. *leventeriadó*-t, mely szerint „a levente legfőbb kincse a becsület, s leventéink most bebizonyíthatják, hogy a nemzeti vagyonnak ők a leghűségesebb szívű őrzői, védelmezői”.[3]

Fóton 1925. december 27-én alakult meg a *Levente Egyesület*, melynek vezetőségi tagjai: elnöke Szeberényi Zoltán evangélikus lelkész, alelnöke P. Balogh József bíró és főjegyzője J. Dudás János volt. Megalakulásától kezdve a fóti leventék folyamatosan gyakorlatoztak, tehetségüket, rátermettségüket fokozatosan mutatták be különböző *leventetalálkozókon*:

1925. szeptemberében Vácott rendezték meg a járás első leventeünnepét 20 község részvételével.[4] Szinte özönlöttek a leventék a környező településekről, összesen 1200 fő vett részt a nagyszabású eseményen, a menet élén a fóti leventék „öles legényekből álló szakasza” vonult fel.[5]

1927. júliusában a fóti leventék Veresegyházán a Leventék napján vettek részt szép eredményekkel (pl.: Zanathy Jenő a fóti Levente Egyesület oktatója – aki atlétika, labdarúgás, lövészet területén dolgozott – 1. helyezést ért el 100 m-es síkfutásban).[6] A fóti leventéket szabályszerűen, pontosan végrehajtott gyakorlatai miatt emelték

1 https://www.rieth.hu/Gyermekkor/Levente.htm
2 https://www.rieth.hu/Gyermekkor/Levente.htm
3 https://www.rieth.hu/Gyermekkor/Levente.htm
4 Bagoly Béla: A váci levente-premier, in: Váci Hírlap, 1925.09.23. 1.
5 Bagoly Béla: A váci levente-premier, in: Váci Hírlap, 1925.09.23. 1.
6 Bagoly Béla: Leventék napja Veresegyházán, in: Váci Hírlap, 1927.07.03, 1.

A fóti Levente Egyesület csoportképe, a jobb szélen Kerekes Gyula református tanító, 1920-as évek vége és 1930-as évek első fele

ki néhány más településsel egyetemben.[7] 1927-ben a fóti leventék oktatóinak vezetője Kerekes Gyula református tanító volt.

1937. júniusában szintén kiemelkedő eredményekre tettek szert a fóti leventék Őrszentmiklóson: Fót díszoklevelet és bronzérmet szerzett, illetve a zászlós gyakorlatokban és ügyességi számokban győzött. A főoktatók közül kiemelték Harna Jánost, aki a fóti leventéket készítette fel a versenyre.[8]

Ahogyan országszerte, úgy kezdetben Fóton is ellenszenvesen fogadták a leventemozgalmakat, azonban társadalmi szerepvállalásuk népszerűvé tette őket, melyek során az egyesület jellegét, céljaikat is megismertették a településsel lakosságával: farsangi-szüreti leventebálokat tartottak, az idősebb leventék búcsúestjeit, sőt színielőadásokat rendeztek, városi ünnepségeken vettek részt, országzászlót avattak.[9] A bevételeket jótékony célokra és az egyesület fejlesztésére fordították.

Egy 1929.09.05-én készült fénykép tanúskodik a fóti Levente Egyesület néhány tagjának szüreti mulatságáról, melyen ötletes maskarákat viselnek.

Szintén ez év október 20-án a fóti *Levente Egyesület* zászlót avatott Fóton, melyet a fóti Hangya-szövetkezett adományozott nekik. A selyemzászló gróf Károlyi Lászlóné, született Apponyi Franciska által alapított Suum Cuique telep iparművészeti műhelyében készült.[10] A *leventecsapat* a fóti katolikus templom előtt indult zenekar kíséretében egészen a sporttelepig, a lakosság kíséretével. A zászlóavatáson megjelent a Hangya-központ képviseletében dr. Balogh Elemér vezérigazgató, Pest vármegye és a váci járás jegyében dr. Horváth János főszolgabíró, a Testnevelési tanács és Levente-intézmény részéről Vargha Lajos alezredes. A „zászlóanyai” tisztet gróf Károlyi Fruzsina töltötte be.[11] Fót vezetőségét Szőri János főbíró és Erdélyi Zoltán főjegyző képviselte. Az avatóünnepséget a *Hiszekegy* eléneklése nyitotta, melyet a fóti dalárda adott elő. Ezután dr. Balogh Elemér mondott beszédet, aki kiemelte, hogy ez a szövetkezeti zászló az összetartozás és az abban rejlő erő szimbóluma.[12] A leventéket arra kérte, hogy őrizzék meg ezt a zászlót annak erkölcsi tartalmáért, hogy a Hangya-szövetkezet és a fóti leventék közös célokért dolgoznak az összefogás jegyében. Szeberényi Zoltán evangélikus lelkész átadta a leventéknek a zászlót, melyet elsőként gróf Károlyi Fruzsina koszorúzott meg „*Ne bántsd a magyart!*” felkiáltással.[13] Dr. Horváth János megköszönte a Hangya-szövetkezetnek, hogy támogatják a leventemozgalmat, a leventéket pedig további sikeres munkálkodásra ösztönözte az ország érdekében. Ezt követően a leventecsapat díszmenetben elvonult, majd kiosztották a versenydíjakat, végül a dalárda a közönséggel együtt elénekelte a *Himnuszt*. A község vezetőségét, az ünnepségen részt vevő előkelőségeket és a leventék gyülekezetét elismerése jeléül gróf Károlyi Fruzsina teára invitálta.[14]

A fóti *Levente Egyesület* általam ismert utolsó társadalmi szerepvállalása Fóton az országzászló felállítása volt 1943.06.16-án, a Kossuth utcában lévő levente ház udvarán. A II. világháború felszámolta a *leventemozgalmat* Fóton, ahogyan országszerte is. Többen bújtatták a fiatal *leventéket*, megmentve őket a szenvedéstől és az értelmetlen haláltól.

Egy szüreti levente mulatság emlékére, 1929.09.05. A képen Prikrátki István, Kalácska József, Fekete János, Alberti Béla (főoktató), Pintér János, Takács József, Forgács József, Forgács István és Csányi Árpád látható

7 Bagoly Béla: Leventék napja Veresegyházán, in: Váci Hírlap, 1927.07.03, 1.
8 Levente-vetélkedés Őrszentmiklóson, in: Váci Hírlap, 1937.06.13, 2.
9 Huszai Gábor: Monográfia a millennium évében, 2000, 52. Huszai Gábor szerint a fóti értelmiség gyakorlatiasabb foglalkozásokat pl.: céllövészet, gázvédelem tanítását várta a leventemozgalomtól.
10 „Ne bántsd a magyart!”-Leventezászlóavatás Fóton, in: Budapesti Hírlap, 1929.10.22, 7.
11 „Ne bántsd a magyart!”-Leventezászlóavatás Fóton, in: Budapesti Hírlap, 1929.10.22, 7.
12 „Ne bántsd a magyart!”-Leventezászlóavatás Fóton, in: Budapesti Hírlap, 1929.10.22, 8.
13 „Ne bántsd a magyart!”-Leventezászlóavatás Fóton, in: Budapesti Hírlap, 1929.10.22, 8.
14 „Ne bántsd a magyart!”-Leventezászlóavatás Fóton, in: Budapesti Hírlap, 1929.10.22, 8.

Közérdekű telefonszámok:
Segélyhívás: 112 | Mentők: 104
Rendőrség: 107 | Katasztrófavédelem (tűzoltók): 105

Tudakozó: 11818

Fóti Közös Önkormányzati Hivatal
Fót, Vörösmarty tér 1. | Tel.: 06/27/535-365

Egészségügyi ellátás
Felnőtt háziorvosi rendelők:
Fót, Szent Benedek u. 15.
Dr. Albert András,
Dr. Orbán Győző,
Dr. Vincze Katalin, Dr. Tóth Szilvia
Tel.: 06/27/358/104, 06/27/358-438
Fót, Németh Kálmán u. 40.
Dr. Szép Imre Zoltán
Tel.: 06/20/472-3801, 06/27/358-181
Dr. Vozák Mária
Tel.: 06/27/816-165
Fót, Eötvös u. 2.
Dr. Kővágó Kálmán
Tel.: 06/27/358-067

Gyermek háziorvosi rendelések
Fót, Szent Benedek u. 15.
Dr. Kovács Éva, Dr. Albi Marianna
Tel.: 06/27/358-104, 06/27/358-438

Fogorvosi rendelő
Fót, Szent Benedek u. 15.
Tel: 06/27/395-466, 06/27/360-623

Orvosi ügyelet
Nappali sürgősségi ügyeleti ellátás:
Fót, Szent Benedek u. 15.
Tel.: 06/27/998-699
Éjszakai és ünnepnapi ügyeleti ellátás:
Fót Szent Benedek u. 15.
Tel.: 06-27-998-699

Laboratórium
Fót, Szent Benedek u. 15.
Tel.: 06/27/359-738

Gyógyszertárak
Ezüstfenyő Patika
Fót, Németh Kálmán u. 29.
Tel.: 06/27/360-174

Pandúlia Gyógyszertár
Fót, Szent Benedek u. 15.
Tel.: 06/27/538-656

Somlyó Gyógyszertár
Fót, Vörösmarty tér 4.
Tel.: 06/27/538-955

Flóra-Medoswiss Patika
Fót, Fehérkő u. 1. (Auchan áruház)
Tel.: 06/27/535-406

Mezőőrök
Ifj. Koncz János | 06/70/4574481
Teleki Sándor | 06/70/3318522

Fóti Közszolgáltató Kft.
Fót, Malom u. 1.
Tel.: 06/27/539/680
Vízügyelet készenléti telefon:
06/70/469-7266
Kegyelet: 06/70/373-8640

Közbiztonság Fót Rendőrőrs
Fót, Vörösmarty tér 11.
Tel.: 06/27/358-007

Fóti AQUA önkéntes tűzoltó egyesület
fot-ote@fot-ote.hu
Ügyeleti telefon: 06/70/431-5969

Közterület-felügylet
Angyal Sándor, Baumgartner Ákos
Tel.: 06/70/380-2112

Fóti Közhasznú Polgárőr Egyesület
Tel.: 06/20/315-7685

Krízisvonal
Tel.: 06/30/384-2838
Hívható: munkaidő után,hétvégén és ünnepnapokon

Postahivatalok
Fót, Szent Benedek u. 17.
Tel.: 06/27/358-002
Fót, Vörösmarty tér 2.
Tel.: 06/27/358-106
Fót, Németh Kálmán u. 40.
Tel.: 06/27/358-006
Fót, Auchan Fehérkő u. 1.
Tel.: 06/27358-298

Károlyi István Gyermekközpont
Fót, Vörösmarty tér 2.
Tel.: 06/27/358-490

Fóti Közművelődési és Közgyűjteményi Központ
Vörösmarty Művelődési Ház
Fót, Vörösmarty tér 3.
Tel.: 06/70/331/5806
Városi Könyvtár
Fót, Dózsa György u. 12-14.
Tel.: 06/27/538-250
Kisalag Fiókkönyvtár
Fót, Béke u. 33.
Tel.: 06/27/358-319,
06/70/331-5572

Németh Kálmán Emlékház
Fót, Béke u. 31.
Tel.: 06/27/358-130, 06/70/331-9236

Kisalagi Közösségi Ház
Fót, Béke u. 33. | Tel.: 06/27/358-319

Egyházak
Római Katolikus Plébánia
Fót, Vörösmarty u. 2.
Tel.: 06/27/358-083

Fót-Központi Református Egyházközség
Fót, Károlyi István út. 1.
Tel.: 06/27/632-540

Fót-Kisalag Református Egyházközség
Fót, Eöri Barna u. 33.
Tel.: 06/30/638/4991

Fóti Evangélikus Egyházközség
Fót, Petőfi u. 1.
Tel.: 06/27/362-350

Fóti Baptista Gyülekezet
Fót, Deák Ferenc u. 3.
Tel.: 06/27/785-950, 06/20/886-0143

Szolgáltatók
DMRV Duna Menti Regionális Vízmű Zrt.
Központi ügyfélszolgálat
0-24 óráig: 06/27/511-511
ugyfelszolgalat@dmrvzrt.hu

Magyar Közút Nonprofit Zrt.
Pest Megyei Igazgatóság
Központi ügyfélszolgálat
06/1/819-9042
Diszpécser: 06/1/819-9260;
ugyelet@pest.kozut.hu

TIGÁZ Zrt.
Gázszivárgás és üzemzavar bejelentés: 06 (80) 300-300
(ingyenesen hívható éjjel-nappal a hét minden napján);
ugyfelszolgalat@tigaz.hu

ELMŰ-ÉMÁSZ Energiaszolgáltató Zrt.
ELMŰ hibabejelentő
06 (80) 38-39-40
ugyfelszolgalat@elmuemasz.hu

Közvilágítás:
PAHUSZ Bt.
06/70/500-3578
kozvilagitas@fot.hu

14 m emelőmagasságú professzionális, billenőplatós darus autóval vállalunk:

daruzást | darus fuvarozást | rendezvényekre való fuvarozást | agregátor-áramfejlesztő szállítást | konténer szállítást | napelem szállítást | oszlop állítást | kábeldob, trafó szállítást | ipari gép szállítást | fa szállítást | raklapos áru szállítást | bútor, berendezési tárgyak szállítását, | építőipari anyagok szállítását

Súlykorlátozott övezetekben való fuvarozáshoz, illetve bejutáshoz, a behajtási engedély ügyintézését átvállaljuk Ön helyett!

Ingyenes ajánlatért hívja kollégánkat:

mobil: +36 20 274 9117 | e-mail: kapcsolat@daruskocsi.eu

www.daruskocsi.eu

FAKIVÁGÁS • ALPIN FABONTÁS

GALLYAZÁS, ÁGAPRÍTÁS/GALLYDARÁLÁS,
TELEKTISZTÍTÁS, BOZÓTIRTÁS, FŰKASZÁLÁS

SAJÁT EMELŐKOSARAS AUTÓ, ÁGAPRÍTÓ GÉP

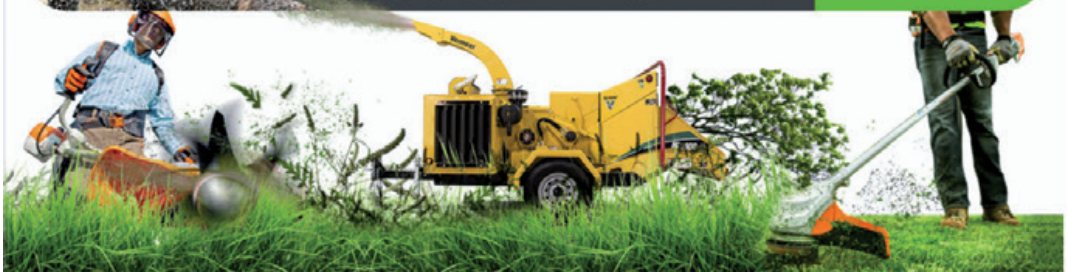
PROFI GÉPEK = KORREKT ÁRAK

GYORS MUNKAVÉGZÉS!

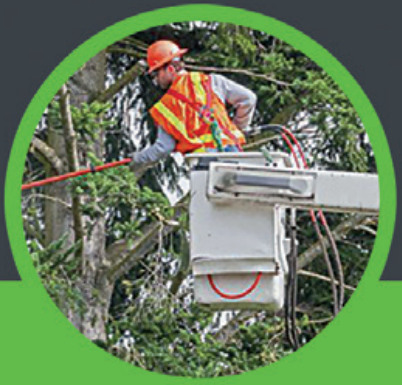
FELELŐSSÉGBIZTOSÍTÁSUNK VÉDI ÖNT!

Gaál Gergely
06 20 261 7666
gaal.gergely@zoldteruletgondozas.hu

ALVÁLLALKOZÓK BEÉKELŐDÉSE NÉLKÜL



www.zoldteruletgondozas.hu



EMELŐKOSARAS AUTÓ BÉRBEADÁS

az ország egész területén!

baumit.com

Augusztusi Ajánlatunk:

Piktorfesték

Baumit Finish termékcsalád

Felhasználásra kész,
kézi és gépi,
előre kevert glettek

Baumit FinishSuperior
25 kg, (0-2 mm)

Baumit FinishExpert
25 kg, (0-3 mm)

Baumit FinishMax
25 kg, (1-5 mm)

Az akció visszavonásig, illetve a készlet erejéig érvényes!

Fót, Károlyi István utca 14. | www.piktorfestek.hu

OTTHONUNK FÓT
KÖVESSÉK A VÁROS HÍREIT

FÓT VÁROS

WWW.FOT.HU

https://www.facebook.com/fot.varos/
https://www.instagram.com/fot_varos