

Minden élménnyel **több leszel**

ÉLMÉNY **itt**thon

2014. FEBRUÁR

Ingyenes turisztikai programajánló magazin



MAGYARORSZÁG 

FÓKUSZBAN
DÉL-DUNÁNTÚL

PAPÍRMADÁR

Őrizd meg az élményeket papíron is!

Magyarország kedvelt írószer márkái,
kedvező áron a Facebook oldalunkon!

www.facebook.com/papirmadar



2014. FEBRUÁR

26

DÉL-DUNÁNTÚL

- 6 Termáltél Szigetváron
- 7 Téli tolnai tájakon
- 8 Kelet-Mecsek újdonságai
- 9 Forró hangulatú karnevál

EGÉSZSÉGESEN

- 10 Melegedjünk a Tisza-tónál
- 12 Harmóniában Dél-Alföldön
- 14 Fürdőkurzus – A masszázs
- 15 Pihenések Valentin jegyében
- 17 Fürdőtúra Egerben

NAPTÁR

- 18 Havi program- és fesztiválajánló

MOZGÁSBAN

- 20 Tanyasi pihenés Békés megyében
- 21 Szívtűrák a Tisza-tónál
- 22 Országos Kéktúra: A változatos Cserhát 2.
- 24 Szórakozás a Balaton jegén
- 25 Téli hortobágyi hívogató

KULT-TÚRA

- 26 Hangulatos évkezdés Veszprémben
- 28 Budapest rejtett kincsei 1.
- 29 A Dunakanyar szíve
- 30 Farsang táján Dél-Zalában

ÍZUTAZÁS

- 32 Jóízű február
- 33 „Mentes” étkezés gondmentesen
- 34 Disznótortól halfesztivál

IMPRESSZUM » Megjelenik havonta a Magyar Turizmus Zrt. kiadásában.

Felelős kiadó: Horváth Gergely vezérigazgató-helyettes

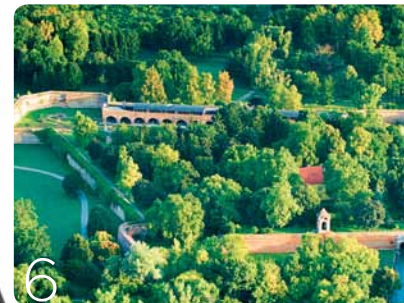
Feladós szerkesztő: Vajk Brigitta » **Grafikai tervezés:** Vörös Gábor/wellusion.com

Szerkesztőség: Turizmus Kft. 1074 Budapest, Munkás utca 9.

Telefon: (36-1)266-5853 » **Fax:** (36-1)338-4293 » **E-mail:** magazin@turizmus.com

Hirdetésfelvétel: sales@turizmus.com » **Fotók:** Magyar Turizmus Zrt. Fotótár

Címlapfotó: Mohácsi busójárás » **Nyomda:** CREW Kft. 1067 Budapest, Eötvös utca 9.



6



28



17



30

» **Bock Bisztró Balaton** Február 20-án **Vonyarcvashegyen** beindul a Bock Bisztró Balaton. Ács István séf és Tamás Kálmán étteremvezető már lázasan készül a nyitásra a budai Bock Bisztróban, Bíró Lajos és Varjú Vili szakmai irányítása mellett. Céljuk, hogy Vonyarcvashegyen is hamisítatlan Bock Bisztró-élményben részesüljön a vendég.
www.bockbisztrobalaton.hu



» **Jégpálya nyílt Pápa főterén** Pápa tavaly megújult barokk főtere újabb élményelemmel gazdagodott: a nagytemplom előtt 1000 négyzetméteres műjégpályát alakítottak ki. A szabadtéri létesítmény vasárnaptól csütörtökig 13-tól 18 óráig fogadja a sportolni és szórakozni vágyókat, pénteken és szombaton pedig 13 és 21 óra között üzemel. A jégpályához korcsolyakölcsönző és büfé, valamint melegedő, ruhatár és mosdó is tartozik. <http://papa.hu>



» **Utazás 2014** Február 27. – március 2. között az Utazás, a Karaván Salon, az Afrika Expo és a PORT.hu BringaExpo várja az érdeklődőket a Hungexpo Budapesti Vásárközpontban. Az Utazás idei kiemelt témája a családi utazás. Idén is lesz közönségjáték, melyen értékes nyereményeket sorsolnak ki, emellett számos koncert, program gondoskodik a kellemes időtöltésről. Külföldi díszvendég Tunézia, belföldi díszvendég Pécs, kulturális díszvendég Matyóföld. www.utazas.hungexpo.hu



» **Tündérrálynő és Színészkirály** Ruttkai Éva és Latinovits Zoltán – egyikük sem sejtette, hogy életük, haláluk, legendájuk örökre össze fog tartozni. A százhalombattai „Matrica” Múzeum Színház az egész világ című sorozatának első állomása a színháztörténeti kiállítás, mely e két nagyszerű színésznek, párnak a művészi és magánéletébe enged bepillantást. Mindketten nagyon sok színházi szerepben, filmben szerepeltek, számos elismerést, díjat tudhatnak magukénak. A kiállításban a sok-sok fotó megmutatja, milyen sok arca volt a mindennapi életben és a színpadon Ruttkai Évának és Latinovits Zoltánnak.
www.matricamuzeum.hu



» **Idegenvezetői Világnap** A mára több napos programmá nőtt az eseményen (idén február 13-16. között) idegenvezetők mutatják be a főváros nevezetességeit, történelmi értékeit. A múzeumok, intézmények érdekes attrakciókkal teszik lehetővé a betekintést fővárosunk rejtett kincseibe. A központi események helyszíne a Bálna Bevásárlóközpont lesz, innen startolnak a buszos és hajós túrák, míg a gyalogos városnézések, tematikus séták a város különböző pontjairól indulnak. A programok többségén előzetes regisztrációval a részvétel ingyenes. www.bkik.hu

» **Régiségvásár Miskolcon** Miskolc belvárosában, a Széchenyi utcában és az Erzsébet téren nemcsak a helybeli régiségkereskedők, hanem az ország minden tájáról idelátogató árusok kínálják kincseiket minden hónap első vasárnapján. A nyüzsgő piacon az érdeklődő megtalál mindent: csecsebecskéket, dísz tárgyakat, műszaki berendezéseket, katonai relikviákat vagy antik bútorokat. Nagy a kínálat porcelánokból, könyvekből, szőnyegekben, népi tárgyakból, régi és kortárs festményekből is. A régiségek mellett östermelők is kínálják portékáikat. <http://regisegvasarmiskolc.hu>



» **Fókuszban a bor** Három napon át 160 kiállító több mint 1000 borát kóstolhatja egy jeggyel az 5. VinCE Budapest Wine Show látogatója. A rendezvényen, a Corinthia Hotel Budapestben február 28. – március 2. között a hazai borászatok legjelentősebb képviselői lesznek jelen. A show egyben kiváló alkalom arra, hogy borról szerzett tudásunkat elmélyítsük, a borvilág sztárjaitól tanulhatunk a mesterkurzusokon és workshopokon, de képzeletben beutazhatjuk a világ legkülönfélébb borrhíóit is a kóstolások közben. www.vincebudapest.hu

» **Párás hegyek, illatos virágok** A budapesti KOGART Házban március közepéig látogatható a csungkingi Három Szoros Múzeum kínai tusfestészeti kollekcióját bemutató nagyszabású kiállítás. A „Párás hegyek, illatos virágok” egy olyan egyedülálló festészeti stílus megismeréséhez segíti hozzá a látogatót, amely igen ritkán látható Európában. A mintegy 100 kiállított műalkotás között függőleges és horizontális tekercsképeket, kalligráfiákat, festett legyezőket és könyvillusztrációkat láthatunk – kivétel nélkül mind a kínai tusfestészet remekei.

www.kogart.hu



INFO » Magyar Turizmus Zrt. » Nemzeti Turisztikai Információs Szolgálat
Hétfőtől péntekig 8-20 óráig rendelkezésre álló infóvonal: 1/438-8080
E-mail: info@itthon.hu » Web: www.itthon.hu, www.tourinform.hu

tourinform
Turista információ - Tourist information

TERMÁLTÉL SZIGETVÁRON

Februártól az ország legújabb gyógyfürdőhelye Szigetvár.
A fürdő békéje és személyessége a testi egészség mellett
mentális rekreációt, a kisváros bája, megújult történelmi és
kulturális értékei pedig szellemi feltöltődést ígérnek.



Szigetvár – Vigadó

Zrínyi óta a leghősiesebb magyar város Szigetvár, gyógyfürdője a magyar történelem szimbolikus jelentőségű várának tövében épült fel. A teljesen akadálymentes létesítmény több egymást kiegészítő egységből – szabadtéri strandfürdőből, uszodából, zárt és nyitott termálvizes medencékből, élménymedencéből, gyógyfürdői szolgáltatórészlegről, kinti és benti pihenőteraszokból, kávézóból és étteremből – áll. A **Szigetvári Gyógyfürdő** arculatának kialakításához Bozsogi Ágnes szobrász, keramikus és a pécsi Zsolnay Manufaktúra is nagymértékben hozzájárult.

Panorámapihenés A 62 C-fokon feltörő gyógyvíz nátrium-kloridos, alkáli-hidrogén-karbonátos, rendkívül kedvező hatású az ízületi, reumatikus és mozgásszervi megbetegedések



Szigetvári Gyógyfürdő

kezelésében. Magas fluoridtartalma révén rendszeres használata lassítja az időskori csontritkulást, továbbá kiválóan alkalmas csonttörések, nőgyógyászati és prosztatabántalmak gyógyítására. A legmodernebb orvosi eszközökkel, nagy szakmai múlttal rendelkező orvoscsapattal végzett kezelések OEP-támogatással is igénybe vehetők. A wellness-szolgáltatások is igen széles körűek: finn- infra- és aromaterápiás szauna, jacuzzi, gőzkabin, többféle alakformáló és kényeztető masszázs várja a vendégeket.

A fürdő beltéri és kültéri medencéiből is a várat látjuk, amitől egy patak választ el. Ennek vizét kis tóvá is duzzasztották a hatalmas, ősfás parkban, melynek összes sétánya az andalgók, a kocogók és a nordic walking megszállottainak kedves helye.

Zrínyi íróasztala és török emlékek E történelmi kisváros a legszebbjeink közé tartozik, s tavaly még csinosabb lett. A belváros közterei, homlokzatai új ruhába öltöztek, a Makovecz Imre tervezte **Vigadó** impozáns épülete elnyerte végleges, méltó formáját. Ide feltétlenül érdemes betérni, mert lélekemelő a belső tere.

A vár is évről évre új élményekkel bővül. Fala immár teljes hosszúságban végigjárható a gyilkosjárón, remek panorámát kínálva mind a négy égtáj felé. A dzsámi a szulejmáni időket idézi, könnyecsepp alakú ablakai, falfestményei unikális értékek. A múzeumban kiállított fegyverek méret- és súlyarányos másolatát, a vértetket, páncélinget pedig kedvünk szerint ki is próbálhatjuk. Beülhetünk Zrínyi íróasztala mögé, egykori öltözetében. A korabeli ágyúk és tüzes botok (puskák) elsütésére azonban fel kell készíteni a hölgykísérőket, különben ekkorra hangtól bizony nagyon megijednének.

Megújult Kumilla A szigetvári megújulás-áradatból a fürdő saját szállodája, az újonnan berendezett 30 szobás **Hotel Kumilla** is részesült. A szállásdíj természetesen kedvezményes áron tartalmazza a fürdőbelépőt. A nyugdíjasokat egész évben engedményes árú csomagajánlatokkal várják. A vendégeknek ingyenes, zárt parkolóhelyet, a hallban wifihozzáférést biztosítanak. Érdekes legalább félpanziós ellátást kérni, mert az étterem konyhájában készül a környék legfinomabb húseve. Nagymamáink receptjei szerint főznek, legszebb gyerekkorunkat idézik az itteni ízek. ■

TÉLI TOLNAI TÁJAKON

Akik még nem jártak azon a helyen, ahol kitört a világbéke, ma már könnyen elérhetik – Budapesttől csak egy ugrás, az ország legbiztonságosabb autópályáján.

Bikácson található az első hazai selfness-központ: lakott településektől távol, egy kis ország az országban. Termálvizes wellness-központ szaunával, szálloda remek étteremmel, boros pince, lovarda, sétányok kis tóval, extrém erdei kötélpálya, s az ezekkel együtt járó nyugalom, figyelmeség, személyesség köszönti a látogatót. **Tengelicen a Hotel Orchidea** hasonlóan jó adottságú hely: erdei, tóparti fekvése (szemben egy festői kiskastéllyal) és termálfürdője mellett atmoszférájával tette magát a családok kedvelt pihenőhelyévé. ■



Bikács



Hotel Orchidea

TIPP »

Kirándulások Szekszárdon túl

- » **Tolna** belvárosát a közelmúltban csodaszépen felújították. Híres képfestő-műhelye, ahol a mesterség immár 200 éve száll generációról generációra.
- » **Pakson** a Lussonium római kori katonai erőd maradványaitól pazar a panoráma, de az atomerőmű látogatóközpontja fizikai kísérleteivel is izgalmas hely.
- » A **dunaföldvári vár** eredeti börtöne és kilátótornya tavasztól újra látogatható.

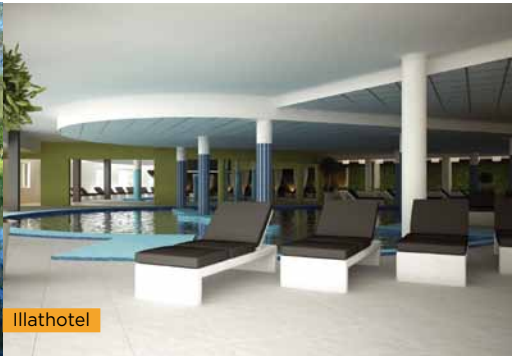


KELET-MECSEK ÚJDONSÁGAI

Meseszép vidékekre hívjuk önöket. Legyen nyakig érő hó, vagy éppen napsütéses, rügyfakasztó kora tavasz – akárhogy is, az illatok, a kifinomult érzékelés birodalmába vezet az utunk. Olyan helyekre, ahol nem mindennapi varázslatokban lehet részünk.



A sikondai tó



Illathotel

A légúti betegek Mekkája

Sikonda minden bizonnyal az ország egyik legfestőibb környezetű fürdője. Pécestől alig 15 km-re, a Mecsek erdős, vadregényes völgyei-
nek egyikében fekszik. Különleges klimatikus viszonyainak köszönhetően több évtizede leginkább a légúti betegek járnak ide. Völgyében a levegő negatív ionjai vannak túlsúlyban, s ez nyugtató hatással van a szervezetre. Az évi átlagos középhőmérséklet 3-5 C-fokkal alacsonyabb az országosnál. A nagy kiterjedésű erdőknek köszönhetően a levegő relatív páratartalma magas, átlagosan 60-80 százalék, tiszta, por-, csíra- és füstmentes. Gyógyító levegőjén túl Sikonda termálfürdő-komplexumáról is híres. Nyáron itt mindig 4-5 fokkal hűvösebb a levegő, és a medencék körüli, hatalmas fákkal teli óriási parkban mindenkinek jut egy „kertnyi” hely, ahol a személyes terét tiszteletben tartják. A medencék kialakítása, finom, természetes színvilága, kristálytiszta vize szemünket is kényezteti.

Illathotel és vártúra Február végére elkészül a legújabb sikondai fejlesztés, ami nem egyszerű szállodai és fürdőkapacitás-

bővítés, hanem egy teljesen új koncepció megtestesülése. A klimatikus gyógyító helyhez méltóan mostantól négycsillagos **Illathotelben** szállhatunk itt meg, ami a belsőépítészeti megjelenésen kívül aromaterápiás élményekben, valamint a szobai bekészítésben is egymással harmóniában mutatkozik meg.

Kellemes erdei kirándulás kis hegymászással oda és kényelmes lejtmenettel visszafelé **Máré várának** felkeresése, Magyaregregyről. A várból (de ha épp zárva találjuk, a kapujából is) fantasztikus panoráma nyílik a környező vidékre, különösen télen, amikor lombtalan az erdő.

Kilátó és fizikai csodák A közeli **Alsómocsolád** aprócska pont a térképen. Mégis, izgalmas napot ígér. A lombkoronakilátó és más, a környezet adottságait igazán szellemesen kihasználó lehetőségen kívül itt nyílik meg rövidesen a fizikai érdekességek háza. Ezt a sokak számára iskolai mumus-tudományt a legszebb, legizgalmasabb oldaláról ismerhetjük meg, a legnagyobb élő magyar fizikusok munkájának, az általuk ide álmódott interaktív kiállításnak köszönhetően.

Innen már csak egy ugrás **Bikal**, ahol télen is mindig történik valami izgalmas, érdekes dolog. A hagyományos disznóvágástól a friss, puha hóban lovaglásra át a szaunázásig ki-kedvére válogathat a programokból.

A térség egyik pénztárcabarát, erdei szálláshelye a **Hotel Kövestető**, melynek szolgáltatásait, árait az átlagos magyar családra alakították ki. A hely télen is gyönyörű. Az erdő csendjén csak a mókusokkal kell osztozni. ■

TIPP »

A régió népi kismestereinek műhelyei és iparművészeinek műtermei nyitva állnak a látogatók előtt. Fazekasok, szobrászok, foltvarrók, kosárfonók, ékszerkészítők, hímzők – megannyi tehetséges alkotó várja látogatásunkat.



Hotel Kövestető

FORRÓ HANGULATÚ KARNEVÁLOK

Ha tél vége, akkor Mohács.

A busójárást nem lehet kihagyni, a fergeteges téltemető karnevál már életünk és a világörökség része is lett. De gazdagodtunk egy új fesztivállal is a jégvirág és a csokoládé jegyében.

Hetvenkedő maszkok

A **Busójárás** (idén február 27-étől március 4-ig) talán az ország legelementárisabb felvonulása. A maszkok és a birkabundás öltözet mögött felerősödik a férfiak alapvető, a mindennapok által kordában tartott természete. A hetvenkedés,



a lányok, asszonyok ugratása és riogatása, a hangos vigadozás, a vidámság, a busó ösök szokásainak újrajátszása, a közösséget összekovácsló hagyomány erejének megélése, s a mindebben megnyilvánuló, hihetetlen energiák felszabadulásának tanúi lehetünk minden évben – leírni nem is lehet, csak átélni!

Egyedi ízek

A pécsi Zsolnay Negyed és az itt működő Csoko-Láda üzlet csokoládékészítőinek közös álma a **Jégvirág Fesztivál és Csokoládé Karnevál**.

A számos, elsősorban a gyerekek kedvében járó program a szerelmekhez is szól, hiszen az egyedi ízek és tárgyak olyan személyes ajándékok, melyek méltóak arra, hogy a számunkra legkedvesebb kapja. Nem véletlen, hogy a Bálintnapot követő hétvége (idén február 15-16.) az időpontja.

A sok finomságot tetézik az ország legnevesebb csokoládékészítőinek előadásai, bemutatói, kóstolói. Itt dől el az is, hogy kinek a versenymunkája érdemli ki a „Pécs város csokoládétörtéje – 2014” címet. ■





MELEGEDJÜNK A TISZA-TÓNÁL!

Nem csak nyáron érdemes tóparti üdülőhelyet választani. A Tisza-tó környéki ártéri erdőkben, nádasokban tett kiadós séta után jólesik felmelegedni az éltető vízben és a szaunában.

A téli hónapokban egészen más arcát mutatja a Tisza-tó. Nyoma sincs a nyáron megszokott nyüzsgésnek, a környék csendes, a békés tájból áradó nyugalom szinte kézzel fogható. Enyhe időben nincs akadálya a tavat körülölelő kerékpárút használatának, akár két lábon, akár két keréken. Hóaplannal borítva még idillibb a táj. Az ártéri erdők, a gyékényesek és a nádasok is hosszú sétákra csábítanak. Miután a fejünket kiszellőztettük, jöhet a lazítás második lépcsőfoka: a meleg víz és a wellness.

Harmónia Tiszaújvárosban

A mindennapi stresszből és rohanásból segít kiszakadni a tiszaújvárosi **Gyógy- és Strandfürdő**, ahol minden adott a gondtalan pihenéshez. Tiszaújváros magas sókoncentrációjú gyógyvize az ízületi, idült nőgyógyászati és urológiai betegségek kezelésében hatékony, emellett bizonyítottan stresszoldó hatású. Három különböző hőfokú belső medencében mártózhatunk, a külső medence gőzölgő vízében szerencsés esetben a hófödte tájat is csodálhatjuk. Nem kell lemondani a szaunázás immunerősítő, méregtelenítő hatásáról sem, hiszen magas hőfokú finn szauna, kémélő infrakabin és fényterápiás bioszauna közül lehet választani. Bizonyos napokon éjszakai fürdőzésre is van lehetőség. A fiziko- és balneoterápiás részleg tornatermi és víz alatti tornával, izmappakolással, többféle masszázzsal, kádfürdőkkel, súlyfürdővel, elektromos és mágneses kezelésekkel áll a gyógyítás szolgálatába.

Szálláslehetőségként jó megoldást kínál a **Hotel Termál**, kétágyas szobákkal és apartmanokkal, valamint 2x2 ágyas családi szobákkal, éttermmel. A vendégek a fürdőt korlátlanul

használhatják. Az egész komplexum SZÉP-kártya-elfogadóhely. www.termal.tujvaros.hu

Szaunarituálék a Tisza Balneumban

A térség legjelentősebb szállodája, a négycsillagos **Tisza Balneum Thermál Hotel** közvetlenül a tó partján emelkedik. Kútjuk 740 méter mélyről feltörő, 44 C-fokos vize magas ásványanyag-tartalmú, kiválóan hat az egészségre. A spa-részlegen két fedett medencében, egy átúszó medencében és egy külső úszómedencében lehet megmártózni. A szolgáltatást két finn szauna, gőzkabin, Kneipp-váltófürdő egészíti ki. A szaunában rendszeres időközönként szaunarituálékot tartanak, ezek során aromás ráöntésekkel, több lépésben hevítik fel a

kabint, fokozva az izzadás áldásos hatását. Válasszuk akár az after eight, a jeges borzongás, az immun-mester, a bounty, a Kleopátra, a pálinkás vagy a kelet varázsa rituálét, garantáltan különleges élményben lesz részünk, testünk és lelkünk teljes harmóniába kerül. www.balneum.hu

Wellness és romantika A kéthektáros parkkal övezett poroszloi **Club Thermál Kastély** romantikus pihenést kínál. A neoklasszicista épületben 28 szoba és 4 apartman közül lehet választani. Wellnessrészlegük belső medencét, pezsgőfürdőt, infrasaunát kínál, a nyomasztó gondoktól masszázs segít megszabadulni, konditerem is rendelkezésre áll. www.poroszlokkastely.hu ■

© P. T.



TIPP »

A poroszloi Tisza-tavi Ökocentrum a hidegebb hónapokban is várja a vendégeket. Szabadidőparkjukban elkészült a vörös rókák új kifutója, melyet már átadtak „lakóiknak”. www.tiszataviokocentrum.hu



A tiszaújvárosi Gyógy- és Strandfürdő



Tisza Balneum Thermál Hotel



TÉLI VÍZPARTON



Ha a gőzölgő termálfürdővel és a szaunák olajos illatával eltelve ismét a friss, ropogós levegőre vágyunk, nincs jobb választás egy kiadós sétánál a Tisza-tó partján vagy az ártéri erdőkben.

Ilyenkor mi őrizzük a tó téli álmát, a növények és vízi állatok téli nyugalomát. A vidék kiválóan alkalmas a magányos, nyugodt elvonulásra és a teljes memóriatörésre, ám egy nagyobb baráti társaság is talál időtöltést a csodálatos havas tájban, akár rövid kirándulásokat, akár GPS-túrákat szervezve a szélrózsa minden irányába. A tó határtalanul tűnő jégén sétálni, cölöhidakról és tornyokról újra

és újra rácsodálkozni az északi sarkot idéző, érintetlen téli világra – felejthetetlen élmény, természetes lélekgyógyító terápia.

S hogy a helyi hagyományokhoz is hűek maradjunk, a hideg ellen ne felejtsünk el felszerkezni egy üveg nagykorú cseresznyepálinkával, amit szigorúan fűredi butellában kell tárolni, és egy saját kezűleg agyagozott pálinkás csészéből, az úgynevezett betyár pohárból elfogyasztani. ■

HARMÓNIÁBAN A DÉL-ALFÖLDÖN

A Dél-Alföld igazi termálrégió. Kiváló gyógy- és termálfürdői, egyedülállóan magas hőmérsékletű hévizei, fejlett spa- és wellness-szolgáltatásai és nem utolsósorban elégedett vendégei a legjobb bizonyítékok erre.

Tótkomlós A Rózsa fürdő a területén pompázó rózsakertekről kapta a nevét. A fürdő 42,8 °C-os természetes nátrium-, magnézium-, kalcium-hidrogén-karbonátos gyógyvize nagy mennyiségben tartalmaz metakavasavat és mozgásszervi, gyulladásos és reumatikus megbetegedések gyógyítására alkalmas. A fürdőben fizioterápiás kezelések és a termálvízre épülő balneoterápiás kezelések vehetők igénybe.

A szolgáltatások körét alkotja az iszap pakolás, az elektroterápia, a víz alatti víz-sugármasszázs, a súlyfürdő, a négyrekeszes galvánfürdő, az orvosi gyögmasszázs, a gyógyúszás, a gyógyvizes gyógymedence, a víz alatti csoportos gyógytorna, az iszap pakolás, a szénsavas fürdő, a mágnes-terápiás-, a fény- és a hőkezelések.

www.rozsafurdo.hu



Rózsa fürdő



TUDJA-E? »

A tótkomlói fürdőn és a város számos épületén jellegzetes szlovák építészeti jegyeket fedezhetünk fel. A város ma is jelentős számú nemzetiségének emlékeit, hazánk első tájházában, a **Szlovák Tájházban** gyűjtötték össze.



Róna Kincse fürdő A szentesi Termál Gyógyfürdő



Kiskunfélegyháza A városban a gyógyvíz nyújtotta lehetőségeket kihasználva jött létre a kórház épületén belül egy olyan gyógyfürdő, mely országos viszonylatban is ritka. Az orvosi felügyelet melletti fürdőzésen túl lehetőség van egy épületen belül különböző orvosi vizsgálatokra vagy akár kisebb sebészeti beavatkozásokra is. A **Róna Kincse gyógyfürdőben** elérhető az összes fürdőgyógyászati ellátás, továbbá a fizikoterápia és a gyógytorna is. Az oxigénterápiás jakuzzi és az infraszauna kínálata mellett különböző sportfoglalkozásokon – például fitness, jóga vagy harcművészeti tréning – erősíthetjük testünket, lelkünket.

Szentes A település környéke Magyarország legnagyobb, Európa legsűrűbb geotermikus mezejére. A **Termál Gyógyfürdő** a török fürdőkre emlékeztet, a budapesti Népstadion

tervezője, Dávid Károly tervei alapján épült 1962-ben. A fürdőt ellátó 71 fokos gyógyvíz izületi, mozgásszervi és krónikus nőgyógyászati betegségek kezelésére alkalmas. Nyitott udvari gyógymedencéje télen fedett, a belső „török” kupola alatt öt különböző hőmérsékletű medence működik. A különböző vízi és elektroterápiás kezelések mellett egy 15 ágyas nappali kórház is elérhető a gyógyfürdőben. ■

TIPP »

Szentesen és környékén az aktív kikapcsolódásra vágyókat számtalan lehetőség várja. A téli szezonban elsősorban a **Szentes Frigo jégpálya** örvend nagy népszerűségnek, de lovaglási lehetőség, paintballpálya és fedett **BMX pálya** – **Skate Park** is található a városban.

AJÁNLÓ »

Szentesi télbúcsúztató Február 21–22-én a farsang jegyében zajló karnevál Szentes évtizedes hagyományokkal rendelkező nagyrendezvénye valamennyi korosztály számára. Az utcai felvonulások mellett az érdeklődők megnézhetik az óvodások és diákok produkcióit, élvezhetik a zenei programokat, koncerteket, a helyi gasztronómiai kínálatot, megcsodálhatják a kézművesek portékáit. A program állandó díszvendégei, a szlovén koránt jelmezese és busók, akik télüző táncukkal városszerte nagy feltűnést keltenek, forralt bort és farsangi fánkot osztanak, mulatozásra csábítanak. www.szentes.hu



Mórától Petőfiig Móra Ferenc szülővárosában, Kiskunfélegyházán járva keressük fel az író szülőházát és a **Kiskun Múzeumot**, ahol az ország egyetlen börtönmúzeumát találjuk. A múzeum udvarán egy 1860-ban épült tornyos szélmalom fogadja az érkezőt. A gyönyörű **Hattyúházban**, mely nevét az oromzaton lévő hattyút ábrázoló kocsmacégérről kapta, működött egykor Petőfi Sándor édesapjának mészárszéke. A város jelképe a 45 méter magas toronnyal rendelkező szecessziós **Városháza**. Dísztermének különös színvilága és a stilizált növényi formakincs mindig meglepi a belépőt. Külső falainak magyaros, tulipános motívumai, majolikadíszítései a Zsolnay gyár termékei.

FÜRDŐKURZUS

GYÓGYÍTÓ ÉRINTÉS
A MASSZÁZS TÖRTÉNETE

A masszázst a legrégebbi gyógyító eljárások egyike, a különböző kultúrákban évezredek óta jelen van. Őseink kezdetben ösztönösen alkalmazták önmagukon, majd egymáson is.

A masszázst szó eredetét nem ismerjük pontosan, származhat a görög massein (dörzsölni, gyúrni), de a héber masas, az arab mass (kézzel simogatni, nyomni) szavakból egyaránt. A természeti népektől a legfejlettebb kultúrákig mindenütt megtalálható, sőt ha fáj valamink, mi is öntudatlanul masszírozunk magunkat, amikor nyomkodjuk, simogatjuk a fájó felületet.

Terápia és teljesítményfokozás

A természeti népek hite szerint a masszázst a betegséget előidéző ártó démonoktól szabaddá teszi a szenvedőket. Kínában orvosok

foglalkoztak vele, Tahiti szigetén az őslakosok a fáradtság ellen, Jáván pedig fogamzásgátlásra használták. A görög-római kultúrában az orvosok gyógyterápiaként ajánlották. Hippokratész is javasolta betegeinek, Galenus pedig már a masszázst fogásait is előírta. Az ókori Görögországban a sportolók teljesítményének fokozására is alkalmazták, Celsius, a legnagyobb római orvosok egyike reumás betegeket és sérült katonákat kezelt vele. A Római Birodalom nagy városaiban a közfürdőkben volt elérhető, s a fürdőkultúra elválaszthatatlan része lett.

Dögönyözők és fürdőmesterek

A magyaroknál már a táltosok ismerték és gyógyítottak vele, a kereszténység elterjedése után a gyógyító papok és apácák is masszázssal és gyógyfűvekkel ápolták az ispotályokban. Mátyás király udvarában a fürdőkben úgynevezett dögönyözők dolgoztak. A török megszállás idején a fürdőkultúra mellett a masszírozás divatja is felvirágzott, később a fürdőmesterek folytatták művelését, majd német-osztrák hatásra nálunk is tudományos szintre emelték a kezelési módszert.

Filozófia A 19. századi Európában kezdett újra felvirágozni a masszázst, melynek öt alapfogását Pehr Henrik Ling svéd vívómester és tornatanár határozta meg (innen a svédmasszázs elnevezés), ezek mind a mai napig érvényben vannak: simítás, gyúrás, dörzsölés, ütögetés, rezgetetés. Mára a masszázst két alapvető vonalát különböztetjük meg, az európai és az ázsiai – vannak találkozási pontjaik, de filozófiájuk eltérő. ■

© Szegedi Andrea



PIHENÉSEK VALENTIN JEGYÉBEN

Itthon 20 éve honosította meg egy virágkötő mester az angolszász eredetű Valentin-napi ünnepet, mára nemcsak a csokrok népszerűsége nőtt, de – különféle csábító szlogenekkel – a szállodai hétvégeké is.

Gyógyvíz és szerelemkosár

Sárváron például nemcsak a húsvéteseké a világ: a Danubius-ház örökifjú párokat keres, akik a közösen eltöltött kikapcsolódás élményével együtt a sárvári gyógyvíz áldásos melegét is egymásnak ajándékozzák.

A bükfürdői Hunguest-szállodában ez a hétvége a teljes romantika jegyében telik, a gyertyafényes gálavacsora vágyfokozó étellel

**Rózsaszirmok és gyertyafény**

Egy rövid Valentin-napi kiruccanás nemcsak friss pároknak ajánlott – elfáradt kapcsolatokat újíthat meg, jól működő, de kissé megfásult házasságokba hozhat lendületet. Mielőtt bármelyik ajánlat mellett is döntünk, érdemes racionálisan átböngészni az aktuális kínálatot – hol nyújtanak érdemes pluszszolgáltatást?

Ha találunk olyan házat, ahol valami mást és többet nyújtanak, mint eddig – rózsaszirmokat szórnak a szobai jacuzziába, közös illatos masszázsszóra invitálnak –, akkor érdemes azt választanunk. Az egyik **zalakarosi Hunguest-szálloda** például gyertyafénnyel, édenkerti pillanatokkal, afrodiziákum gálavacsorával, szaxofon- és masszázsszok sorával készül.

és desszertbüfével gazdagodik, sőt szerelemkosár névre hallgató ékszerkiállítás, bonbonvásár, esti sztárparádé és borkóstoló teszi még színesebbé a kínálatot.

Az egyik egri szállodában pezsgővel és csokoládéval várnak, hozzá 15 perces grátisz páros solar beach használatot és félórás narancskristály-fürdőt ígérve.

SZÉP-kártyás akciók

A Bálint-nap jó alkalom arra, hogy használjuk SZÉP-kártyánkat is. Szempontjaink közé vegyük fel azt is, melyik városban jártunk régen vagy talán soha, és ott milyen kulturális kínálat – múzeumok, kiállítások, koncertek – közül választhatunk. Az együtt töltött közös élmények legalább annyira fontosak, minthogy mennyire bőséges a svédasztalos reggeli. ■

© Elek Ienke

TIPP »

Foglaláskor ügyeljünk arra, hogy a szálloda ne tüntesse fel extrának az egyébként is elérhető szolgáltatást: ahol mindig van ingyenes wifi vagy átjárás a szomszédos fürdőbe, ne emeljék ezt ki akciós ajánlatukban. Ha tehetjük, hívjuk fel a kinézett szállodát, és érdeklődjünk részletesen, milyen programmal készülnek.



A MINŐSÉGI UTAZÁSÉRT

Találkoztak már utazásuk alkalmával a minőséget jelző Q-táblával? Ha szállodák vagy éttermek bejáratánál ez az embléma fogadja önöket, biztos nem lesz gondjuk a szolgáltatás színvonalával, a Magyar Turizmus Minőségi Díj szavatolja azt.

Hogyan találjunk díjazott minőségi szállást vagy éttermet?

Biztos már önnel is előfordult, hogy az interneten foglalta le a szállását, amelyet hívogató fotók alapján választott ki, majd odaérkezve szembesült vele, hogy a szoba nem is olyan nagy és nem is olyan szépen berendezett, a wellness-részlegben nincs medence, és az étteremben sem azokat az ínycsiklandó fogásokat kapta, mint amire számított.

Az ilyen kellemetlen élményeknek senki sem örül, hiszen a pénzünkért jogosan várjuk el azt a színvonalú szolgáltatást, amelyre ígéretet kapunk a foglalás során.

Ezért fontos, hogy választásunkkor olyan védjegyben bízassunk, amelynek viselője garantálja a minőséget, magas színvonalon és folyamatosan. A minőségi szolgáltatásokat nyújtó szállodák és éttermek kiválasztásához a www.itthon.hu honlapon kaphat segítséget, ahol megtalálja a 108 méltán büszke, Magyar Turizmus Minőségi Díjjal kitüntetett szálloda és étterem listáját.

De vajon honnan lehetünk biztosak benne, hogy ez a díj nem csak egy a sok közül, és valóban hiteles?

A Magyar Turizmus Minőségi Díj egy szigorú, az európai elvárásoknak is megfelelő minősítési rendszer, amelynek bevezetése közel 10 évvel ezelőtt kezdődött el. Ennek elnyerésére a szolgáltatók önként jelentkezhetnek, ha úgy érzik, hogy szolgáltatásaik színvonala készen áll a megmérettetésre.

A mindenre kiterjedő ellenőrzés során szakmai és vendégszemmel egyaránt górcső alá vetik a szállodát vagy éttermet.

A foglalástól kezdődően egészen a távozásig minden pontozásra kerül, bizony sok „próbát” kell kiállnia egy szállodának vagy étteremnek, míg kiteheti bejáratánál a díj elnyerését jelző Q-táblát és felkerülhet a nyertesek listájára, kitűnve ezzel a szolgáltatók széles kínálatából. **És vajon mi garantálja, hogy a díj elnyerésekor bizonyított minőségre a későbbiekben is lehet számítani?**

A Magyar Turizmus Minőségi Díjat 3 évre nyelik el a pályázók, akik az érvényesség ideje alatt egyszer újra ellenőrzésre kerülnek.

A díjat csak az a szolgáltató tarthatja meg, aki az utóellenőrzés során is megfelelt a minőségi elvárásoknak.

Ha belföldi utazása során nem szeretne csalódní, keresse fel ön is a www.itthon.hu weboldalt, ahol a díjazott szolgáltatókon kívül érdekes és hasznos információkat, számos programlehetőséget és úti tippet talál. ■



FÜRDŐTÚRA EGERBEN

Eger városát sokféle jelzővel szokták illetni: a borok városa, barokk gyöngyszem, a történelmi emlékek városa és a papok városa is. De nyugodtan nevezhetjük fürdővárosnak is, ahol télen is kényeztetik a feltöltődésre vágyó vendéget.



Radonos gyógyvíz Képzeltbeli fürdőtúránkat a tavaly felújított **Egri Termál-fürdőben** kezdjük: a strand jellegzetes kupolás élményfürdője mellett található a fürdő legmelegebb vizű (37-38 °C-os) medencéje, amely télen is látogatható. Vízének összetétele különleges, a rengeteg oldott ásványi anyag mellett kiemelkedő a kén- és radontartalma. A radon kiváló gyulladáscsökkentő és növeli az endorfin termelését, így a közérzetünk is jobb lesz tőle. A fürdő vize reumatikus, gerinc-, idegrendszeri, anyagcsere-, bőr- és nőgyógyászati betegségek gyógyítására is alkalmas. A fázósabbak a felújítás során elkészült fürdőház két kisebb medencéjében fürdőzhetnek.

Az áldásos só A következő állomás a termálfürdő szomszédságában található szálloda, amelyben igazi kincsre lelhet a gyógyulni vágyó. Az itt található „**Parajdkincse Só-pezsőfürdő**” rendkívül áldásos hatásokkal rendelkezik. Hihetetlennek tűnik, de igaz, hogy egy félórás sófürdő salaktalanító hatása megfelel egy háromnapos bójtnak. A 84 félé ásványi anyagot és nyomelemet tartalmazó

vízben szervezetünk teljesen feltöltődik, mondhatni újjászületik. A sófürdő nem csak ellazít és felfrissít, feszessé és puhává teszi a bőrt, segít beindítani a szervezet öngyógyító mechanizmusát. De vigyázzunk, bármilyen pici apró seb vagy hámsérülés van rajtunk, először rettentően csípni fogja a sós víz, de egyúttal gyógyítja is a sérüléseket.

Török élmény Végül szintén egy kuriózum: az előző két állomás szomszédságában igazi török élményben lehet részünk. A **Török Fürdőnek** egyedi atmoszférája van, valósággal elvarázsolja az embert. A gyógyvíz hasonlóan radonos, mint a Termálfürdőben, különlegessége azonban, hogy itt a medencét közvetlenül a forrás vize táplálja, szó szerint a földből jön a víz. Több különböző hőmérsékletű medence közül válogathat a látogató, de rengeteg kiegészítő szolgáltatással is kényeztetheti, gyógyíthatja magát. A legkülönlegesebb már-már szertartás: ez az hamam, egy tradicionális török kezelés, amely teljesen megtisztítja, megfiatalítja az embert.

www.egetermal.hu ■

▲
Kezelések és szauna az Egri Termál-fürdőben

HAVI PROGRAM- ÉS FESZTIVÁLJÁNLÓ

- 02. 01. » Falusi disznóölés »** Ábrahámhegy, Művelődési Ház » www.abrahamhegy.hu
- 02. 01., 05., 08., 12., 15., 19., 22., 26. » Történelmi lovasjátékok és középkori lakoma »** Sümegi vár
www.sumegvar.hu
- 02. 01., 15. » Táncház a Sóstói Múzeumfaluban »** Nyíregyháza-Sóstófürdő » www.muzeumfalu.hu
- 02. 01.-06. 28. » Borbarangolás Badacsonyan »** Badacsonyi borvidék pincéi » www.badacsony.com
- 02. 04-06. » Borászok Sí Ásza »** Eplény, Nordica Sáréna » www.siaréna.hu
- 02. 07. » Téltemető túra »** Cégénydányádi kastélypark » www.hnp.hu
- 02. 07-09. » Kolbászfesztivál »** Fonyód, Sportcsarnok » www.kolbaszfesztival.info
- 02. 07-09. » Snow Show 2014 »** Sátoraljaújhely » www.snowshow.hu
- 02. 07-09. » Kaposvári Farsang – Dorottya Napok »** www.egyud.somogy.hu
- 02. 08. » Tenkesalja Böllérfesztivál »** Siklós, Tenkes kapitánya lovastanya » www.tenkeslovastanya.hu
- 02. 08. » Kikerics túra »** Szársomlyó » www.ddnp.hu
- 02. 12. » Olthatatlanul – Szekeres Adrien Koncertje »** Debrecen, Kölcsey Központ » www.fonixinfo.hu
- 02. 13-16. » Kocsonyafarsang »** Miskolc » www.hellomiskolc.hu
- 02. 13-16. » II. Budapesti Halfesztivál »** Budapest, Palotanegyed » www.budapestihalfesztival.hu
- 02. 14. » Nemzetközi Citizen síverseny »** Eplény, Nordica Sáréna » www.siaréna.hu
- 02. 14. » Presser Gábor: Dalok régről és nem régről »** Veszprém, Hangvilla Multifunkcionális Közösségi Tér
www.hangvilla.com
- 02. 14. » Valentin-nap a Szépasszonyvölgyben »** Eger » www.ekmk.eu
- 02. 14-15. » Valentin-nap a Tisza-tavi Ökocentrumban »** Poroszló » www.ttoc.hu
- 02. 14-16. » Jégvirág Fesztivál és Csokoládé Karnevál »** Pécs, Zsolnay Kulturális Negyed » www.zsn.hu
- 02. 15. » VIII. Badacsonytördemici Kocsonya Szépségverseny »** www.badacsonytordemic.hu
- 02. 15. » Bálint-napi párkereső túra »** Kőszeg, Kőszegi-hegység » www.naturpark.hu
- 02. 15. » Ennio Morricone és a Modern Art Orchestra »** Papp László Budapest Sportaréna » www.budapestarena.hu
- 02. 15. » VIII. Nemzetközi Kevi Böllértalálkozó »** Túrkeve » www.bollertalalkozo.hu
- 02. 15. » Országos Farsang »** Ópusztaszer, Nemzeti Történelmi Emlékpark » www.opusztaszer.hu
- 02. 15. » Tanyasi disznótor »** Tahitótfalu, Bodor major » www.bodormajor.hu

02. 15. » VIII. Farsangi Fánk-lövő Országos Örömjász Viadal » Tiszafüred, Benedek Gábor Városi Sportcsarnok » www.tie.atw.hu

02. 15. » Valentin Bál » Szombathely, AGORA Művelődési és Sportház » www.agorasavaria.hu

02. 16. » Operett Gála » Sopron, Liszt-központ » www.prokultura.hu

02. 19. » Zorán koncert » Sopron, Liszt-központ » www.prokultura.hu

02. 21-22. » XIII. Télbúcsúztató Karnevál » Szentés, Dr. Papp László Városi Sportcsarnok és környéke
www.szentés.hu

02. 22. » Bácskai Hurka- és Kolbászfesztivál » Baja, Szentháromság tér » www.csodalatosbaja.hu

02. 21-23. » Debreceni Maskarádé – Cívisek Vidám Télűző Mulatsága » Debrecen, Kossuth tér » www.fonixinfo.hu

02. 22. » Egerszalóki Boros-Toros » Egerszalók » www.egerszalok.hu

02. 22. » Rómeó és Júlia – musical » Debrecen, Főnix Csarnok » www.fonixinfo.hu

02. 22. » Téltelítő túra a Gemenci erdőben » Pörboly, Ökoturisztikai Központ » www.gemenczrt.hu

02. 20-23. » Idegenvezetői Világnap 2014 » Budapest, központi helyszín: Bálna Bevásárlóközpont » www.bkik.hu

02. 26. » Győri Filharmonikus Zenekar farsangi koncertje » Zalaegerszeg, Keresztury VMK Városi Hangverseny- és Kiállítóterem » www.egerszeginfo.hu

02. 27.-03. 04. » Busójárás Mohács » www.mohacsibusojaras.hu

02. 27.-03. 02. » Utazás 2014, Karaván Szalon, Afrika Expo, PORT.hu BríngaExpo » Hungexpo Budapesti Vásárlóközpont » www.utazas.hungexpo.hu

02. 28. – 03. 02. » 5. VinCE Budapest Wine Show » Corinthia Hotel Budapest » www.vincebudapest.hu

02. 28. » Rúzs Magdi koncert » Szombathely, AGORA Művelődési és Sportház » www.agorasavaria.hu

02. 28.-03. 01. » VI. Országos Farsangi Fánkfesztivál » Nagykanizsa » www.kodalymk.hu

02. 28.-03. 05. Csabai Farsang » Békéscsaba, Csabagyöngye Kulturális Központ » www.csabagyongye.com,
www.csabafarsang.hu

03. 01., 02. » Kikelet a Sas-hegyen tavaszváró túra » Információ: 06/30-408-4370 » www.dinpi.hu

03. 04. » Téltemető – farsangbúcsúztató » Lenti, Rendezvénytér és a város utcái » www.lenti.hu

03. 07. » Lord Of The Dance – Created By Michael Flatley » Debrecen, Főnix Csarnok » www.fonixinfo.hu

03. 08. » VI. Budapesti Orosz Bál – a nőnap jegyében » Budapest, Hotel InterContinental » www.oroszbal.hu

03. 16-ig » Párás hegyek, illatos virágok – Kínai tusrajzok Budapesten » Budapest, KogArt Ház » www.kogart.hu

03. 31-ig » Művészet és Tér » Balatonfüred, Vaszary Villa » www.furedkult.hu

« Óbányai tüzeskerék-gurítás – Hutzelsonntag

Óbánya, március 9.

A festői Óbánya látogatóinak ritka élményben lesz részük, ha a kora márciusi ünnepre érkeznek. Ősi hiedelmet elevenít fel a látványos télűző, termésjósító, tavaszköszöntő szokás. A katolikus vallás szerint nagyböjt első vasárnapján tartják a Hutzelsonntagot. A termésjósító ünnepet a betelepített németek még az óhazából hozták, nevét is ők adták, a Hutzel az „aszalvány, aszalt gyümölcs” megfelelője, s egyben a böjti étkek egyik meghatározója Óbányán. A rendezvény csúcspontja a tüzeskerék-gurítás, melyre vasárnap sötétedéskor kerül sor. A tüzes kereket a termést érlelő nappal azonosítják, ezért amerre a kerék gurul, arra lesz idén bőséges a termés. (Infó: 20/336-2237)

miskolci SZEM 2014 »

Miskolc, február 4-9.

Németország, Lengyelország, Litvánia, Csehország, Románia, Magyarország. Hat nemzet kilenc előadása, valamint workshopok, vizsgaelőadások, közönségtalálkozók és szakmai beszélgetések várják a színházrajongókat az európai Színművészeti Egyetem Miskolcon (miskolci SZEM) fesztiválra, melynek tagjai a kitartásról, a reménytelenséggel való küzdelemről vallanak, táncjátékuk koreográfusa az új-zélandi Tony Vezich, akinek tánc- és mozgásszínházi előadásait a világ számos országában ismerik. www.miskolciszem.hu



TANYASI PIHENÉS BÉKÉS MEGYÉBEN

Sokan vannak, akik a mindennapok zajos, rohanó világa után csendre és nyugalomra vágnak, rájuk várnak az ezerarcú Békés megye minősített vendégfogadói – gazdag turisztikai és gasztronómiai programmal.

Korhű szobák, sétakocsizás

Orosháza és Békéscsaba között, **Csorvás** kisváros határában találjuk a tanyasi élet minden hangulatát élénkítő **Eszter tanyát**, a körülötte elterülő erdővel és egy közel százéves öreg eperfával. A félméteres falak, a mestergerenda, az alacsony ajtók, a kemence mind-mind a régi idők építkezési szokásáról tanúskodnak. A szobákat korhű, tájjellegű bútorokkal és a paraszti élet használati tárgyaival rendezték be, ételről-italról a vendéglátók gondoskodnak: valódi gasztronómiai élvezetet jelent a mangalicahúsból készült pörkölt, a sült kolbász és hurka, a toros káposzta és a különféle kemencében készített sütek. Étkezés előtt házi pálinka dukál, utána pedig csongrádi tájjellegű borokból kortyolhatunk. Ezt követően sétakocsizás vagy hintózás alkalmával gyönyörködhetünk az alföldi dűlőutakban. A tanya hatvan négyzetméteres rendezvényterme alkalmas nagyobb társaság szórakoztatására, baráti találkozókra vagy akár esküvőkre is.

A két közeli tanyán további izgalmakra bukkanunk: a **Mangalicás tanyán** tenyésztett őshonos mangalicák húsból készített finomságokat kóstolhatunk, míg a **Ger-Vik tájtanyán** a szlovák népi örökséget tekinthetjük meg.

Állatfarm és régiséggyűjtemény A **Ravasz tanya**ra a Pusztaföldvár felé vezető út mentén, Orosházától 5 kilométerre találunk. Az 1800-as években épült tanya 12 hektáros területén pihenő- és szórakoztató központot alakítottak ki. A tanya specialitása a szabadtéren, bográcsban főzött, kolbásszal ízesített slambuc vagy más néven öhöm. A rendezvényházban lehet enni-inni és mulatozni, a szállóvendégek innen 100 méterre



Eszter tanya



négy napraforgós szálláshelyen pihenhettek. A tanyához tartozik egy miniállatfarm, ahol szamarak, lovak, kecskék és rackajuhok laknak, a gyerekek nem kis öröme. Az állatokat meg lehet simogatni, a bátrabbak futószáron lovagolhatnak is. A tanyához tartozik egy régiséggyűjtemény is, ahol többek között régi Csepel motorkerékpárt, lábbal hajtott Singer varrógépet, fateknőket láthatunk. Érdeemes felmenni a közeli kilátóra is, ahonnan az alföldi róna szépségei és állatvilága tárul a szemünk elé.

100 éves iskola Békés megyében tett látogatásunkat a **Peregi vendégházban** fejezzük be, amely Mezőhegyes külterületén, a 47-es majorban található. A szálláshelyet egy 100 éves iskola épületében alakították ki, meghagyva egy tantermet, ahol iskolatörténeti kiállítást rendeztek be. A vendégház ideális baráti társaságok számára, jól felszerelt a konyhája, társalgójában pedig a hosszú asztalt egyszerre 25-en is körülülhetik. A vendégházról kiindulva élvezetes gyalogos- és kerékpáros túrákat tehetünk az egykor szebb napokat megélt majorságok között. ■

Polgár Zoltán



Ravasz tanya

A múltból a jövőnek Az **Eszter tanya** specialitásai a különféle kézműves foglalkozások, melyeken szalma, csuhé felhasználásával készülnek dísz tárgyak, állatfigurák, de megtanulhatjuk a mézeskalács-díszítés, a gyöngyfűzés, a tojásfestés vagy akár a szövőmesterség fortélyait is. A ház másik specialitása a tanyapedagógiai program, általa a gyerekek megismerik a paraszti hagyományokat, megtapasztalják a kétkézi munka becsületét, sőt a házi élelmiszerek tudatos fogyasztói is lehetnek. A foglalkozások alatt a kisdíjak kukoricát törnek, csuhét fosztanak, kukoricát morzsolnak, megetetik az állatokat.



SZÍVTÚRÁK A TISZA-TÓNÁL

Túra a tartós szerelemért Valentin-nap alkalmából február 15-én különleges természetjáró sétát indítanak a „Szerelmesek szigetének” méltán nevezett **Tiszavirág Ártéri Sétaúton**. Egy itteni monda szerint ugyanis, aki ezen a túrán a párjával közösen átkel a tanösvény hídjain, hosszú s boldog párkapcsolatra számíthat.

A túra délelőtt 10 órakor indul, előzetes jelentkezés szükséges. www.szabicskikoto.hu

Ha február, akkor Valentin-napi! Február 14–16. között különleges kétlétű kirándulásra várják a párokat a **Tisza Balneum Hotelnél**.

A szárazföldön és vízen egyaránt közlekedő járművel fedezhetik fel a szerelmesek a varázslatos Tisza-tavat. Aki pedig még extrább kalandra szeretné meghívni a kedvesét, az sem csalódik: 14-én és 15-én 18–20 óra között esti túrára is lehetőség van. www.balneum.hu



A madarak rajongóinak Február 22-én **cinegetúrán** és **előadáson** tudhatunk meg érdekességeket a téli madáretetésről, valamint az aktuálissá váló cinegeodúk kihelyezéséről. S miért pont cinegetúra? Mert ezt a kedves és szép madarat mindenki ismeri, és mert a cinege a téli etetők leggyakoribb vendége. De leginkább azért, mert hasznos és védett madarunk. A program, melyre előzetes bejelentkezés szükséges, madármegfigyelést és fotózást is tartalmaz, a hideg ellen pedig forró teát és forralt bort kapnak a résztvevők. www.szabicskikoto.hu ■

^ Szabics Kikötő



ORSZÁGOS KÉKTÚRA 8.

2. RÉSZ

A VÁLTOZATOS CSERHÁT

Cserhádi túránk második szakaszán mintegy 50 km-es út vár ránk, kellemes szintemelkedéssel, sok jó pihenőhellyel. Élvezzük hát a cserhádi táj nyugalma és a nógrádi falvak vendégszeretetét!



Legutóbbi túránkat **Becsken** fejeztük be, innen indulunk tovább a cserhádi lankák meghódítására, de előtte feltétlenül látogassuk meg a buddhista vallás egyik hazai szentélyét, a **Megvilágosodás sztúpát**. A települést elhagyva a Galga-patak mentén haladunk, majd felérünk a beszédes nevű Bűdös-tó-hegy és a hegységnévadó Cser-hát közötti nyeregbe. Ezután a kék ösvény szinte sétaúttá válik, komolyabb emelkedők nélkül túrázhatunk végig az Őreg-hegy gerincén, mielőtt beérnénk a következő állomásunkra, **Kétdodonyba**. A helyi kocsmában bélyegezhetünk, a falu erdei iskolai szálláshellyel is várja a turistákat.

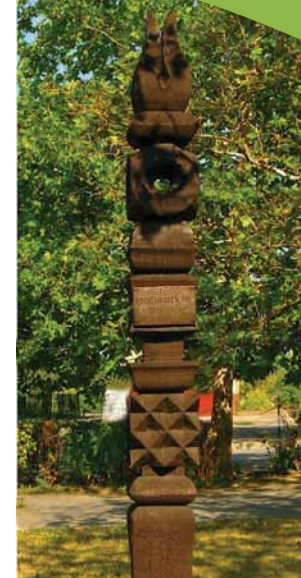
Kétdodonyt **Romhány** felé hagyjuk el. Útközben megsejlelhetjük a Rákóczi-szabadságharc utolsó csatájának emlékére emelt szobrot, és máris beérünk a településre. A Lókos-patak 18. századi műemlék kőhídján Nepomuki Szent János, az utazók védőszentjének szobra fogad minket. Mielőtt továbbindulnánk, ne felejtünk el bélyegezni, s ha hosszabban megpihenünk, keressük fel a tájhoz vagy a Rákóczi emléket őrző több száz éves törökmogyorófát.

A települést elhagyva a távolban már feltűnik a Börzsöny, majd kellemes, füves ösvényen vágunk neki a **Romhányi-hegy** oldalának. Következő pihenőhelyünk a tölgyesben megbújó Kékesi vadászház, majd innen egyenesen **Alsópeténynek** tartunk. A bájos nógrádi faluban írta meg a 16. században Werbőczy István országbíró a híres Hármaskönyvet, melyre emlékoszlop, nevére pedig egy kiváló étkeket kínáló fogadó emlékeztet. A főúton Nézsza felé folytatjuk utunkat, közben sétálhatunk egyet a barokk Prónay-kastély parkjában is.

Következő úti célunk az Almásy-kastélyt is rejtő **Felsőpetény**; itt a Lókos-patak hídján átkelve tegyük kitérőt a bélyegzőhely felé, majd túrázzunk tovább a kéken **Ősagárdig**. A kocsmá itt is bélyegzőhely, de a faluház tetőtérében működő turisztaszálláson akár éjszakázhatunk is, mielőtt nekivágnánk túránk csúcspontjára, a Naszálynak. A falut elhagyva kisvártatva felkapaszkodunk a Farkas-bércre, érintjük az egykor Ősagárdot Kosddal összekötő ún. Agárdi utat és a Török-rétet, majd felérünk a **Kopasz-tetőre**, ahonnan beláthatjuk a Magas- és az Északi-Börzsönyt is. A **KQ**

jelzésen leereszkedhetünk a Sárkánylyukként is ismert **Násznép-barlanghoz**, majd tovább emelkedünk a **Naszály** csúcsáig. Csodálatos kilátás tárul elénk a csúcson található geodéziai mérőtorony tetejéről, körbetekintve a Cserhát, a Mátra, a Dunakanyar és a Börzsöny látkepe fogad. A **K+** jelzésen a Naszály szép kilátást kínál oldalkúpjára, a **Látó-hegyre**, később, a **KQ**-n pedig a naszályi víznyelő barlanghoz, a **Szinlő-barlanghoz** tehetünk kitérőt.

Innen a kék jelzés ereszkedni kezd, letérünk a Bikk-kút forrásához. A **K+-en** ráfordulhatunk a **Gyadai-tanösvényre**. A későbbiekben a Kéktúra nyomvonala is erre fog vezetni, ha van rá módunk, járjuk végig az év ökoturisztikai létesítménye díjat is elnyert tanösvényt. A **P** jelzésen kitérve a **Rockenbauer Pál-kopjafa** az Országos Kéktúra legnagyobb népszerűsítőjének emléke előtt tiszteleg. A Kéktúra útvonala bevezet minket a Szendehelyhez tartozó **Katalinpusztára**, ahol a bélyegzés



„A Rockenbauer Pál-kopjafa az Országos Kéktúra legnagyobb népszerűsítőjének emléke előtt tiszteleg”

mellett kihagyhatatlan látnivalót és remek pihenőhelyet kínál a fáradt vándornak a **Katalinpusztai Kirándulóközpont**. Itt ér véget túránk cserhádi szakasza, ahonnan busszal könnyen eljuthatunk akár a fővárosba is. ■

© Magyar Zsuzsanna

AJÁNLO »



» **Várépítő túra** Míg a **Diósgyőri vár** újjáépítése zajlik, ideiglenes helyre költözött kiállításait – Velencei békekötés panoptikum, Középkori fegyver- és páncélkiállítás, Vártörténeti kiállítás – várépítő tőrak keretében ismerhetjük meg. Különlegességük, hogy az előzetesen regisztrált látogatók a lezárt építési területre, így a felső várba is ellátogathatnak Nagy Lajos király, a királyné és udvarhölgyei kíséretében, hogy betekinthesse a munkálatok kulisszatitkaiba. A tervek szerint helyreállítják a 380 négyzetméteres, gótikus motívumokkal díszített, három pilléres, kéthajós emeleti lovagtermet, a keleti szárnyban elhelyezkedő kétszintes kápolnát és a déli palotaszárny termet. www.diosgyorivar.hu

» **Az ásványok csodálatos világa** Harminckettedik alkalommal rendezik meg a Miskolci Egyetem Közép-Európa egyik legjelentősebb ásványbörzójét (március 8-9.). A **Miskolci Nemzetközi Ásványfesztiválra** évek óta több mint száz kiállító érkezik, a látóhatók száma eléri a 3-5 ezret. A kiállítás és börze mellett a szakmai bemutatók, az ásvány- és drágakőhatározás az amatőr ásványrajongókat és a szakmai látogatókat szólítja meg, míg a földtudományi játszóházban a gyermekek szórakozhatnak. www.asvanyfesztival.hu



SZÓRAKOZÁS A BALATON JEGÉN

Ha a tartós hidegnek köszönhetően megfelelő vastagságúra hízott a jég, irány a Balaton! A balatoni korcsolyázás kihagyhatatlan élmény, de igen szórakoztató a kisgyermekek kedvence, a fakutyázás is.

Korcsolyával, fakutyával A festői környezettel körbevett természetes jégfelület egy zárt műjégpályával szemben összehasonlíthatatlan élményt nyújt a korcsolyázóknak. A kijelölt korcsolyapályák általában díjmentesen vehetők igénybe, a látogatókat sok helyen zenével, forró italokkal és ételekkel várják, több helyen sporteszközöket is lehet kölcsönözni. Több település, mint például Balatonfüred vagy Keszthely, gondoskodik a pályák megvilágításáról, hogy a korai sötétedés után is hódolhassunk a téli sportnak. A korcsolyázási lehetőségekről még több információ a www.balatontipp.hu oldalon érhető el.

Extrém TIPP »

A sportosabbak az extrém sportnak is beillő jégvitorlázást vagy a jégszörfözést is kipróbálhatják. Jégvitorlázni gyakorlatilag mindenhol lehet, ahol a jég megfelelő vastagságú (20-25 cm) és a jégvitorla vízre, jobban mondva jégre tehető. Balatonfüreden jégvitorlás tanfolyamokat is indítanak.

Ha nincs jég A Balaton egy élő, állandóan mozgó nagy víztömeg, így a jégén megfelelő figyelemmel kell sportolnunk, és csak az arra hivatalosan kijelölt területeken szabad rámennünk a jégre. De enyhe idő esetében sincs ok a csüggedésre. Ilyenkor érdemes túrabakancsot húzni, forró teát tölteni az úti



termoszba, és célba venni a Balaton-felvidéket. A nemzeti park területén számos túraútvonal közül válogathatnak az aktív kikapcsolódás szerelmesei.

Kirándulás TIPP »

Bármerre is járunk a Balaton körül, mindenhol találhatunk kihagyhatatlan látnivalót. Ilyen például a Tihanyi-félszigeten a Belső-tó, a monoszlói Hegyestű vagy a Szent György-hegy bazalttorgonái.

Bátrabbaknak Ha extrém élményekre vágynánk, a Balaton-partján azt is meg tapasztalhatjuk. A Balatonfűzfői **Balatoni Bob Szabadidőpark** egész évben várja az izgalmakat keresőket. A helyszín legnagyobb attrakciója a 800 méter hosszú és 40 méter szintkülönbséget áthidaló bobbpálya, ahol akár 40 km-es sebességgel is száguldozhatunk.

www.balatoniibob.hu ■

Fotó TIPP »

Akik szeretnék megörökíteni a balatoni kirándulás emlékét, mindenképpen keressék fel a fűzfői park területén található „Ki-lát-ó!”-t. A 15 méter magas torony tetejéről páratlan panoráma nyílik a békés balatoni tájra.

TÉLI HORTOBÁGYI HÍVOGATÓ

„Hej, mostan pusztá ám igazán a pusztai!” – írja Petőfi 1848-ban, de így van ez még ma is. Mindenkor embert próbáló hely ez, de télvíz idején különösen.

Itt telelők A kedves cinegék itt maradnak télre is, a barkós- és a függőcinege nádasokban csapatol pókokra vadászva és menedéket találva a tollborzoló szelek elől. Velük jó esélyünk van a találkozásra éppen úgy, mint a magyarországi természetvédelem címermadarával, a nagyköcsaggal. Társa, a szürke gém is áttelel, mindketten halakra vadásznak a be nem fagyott vízfelületeknél. Lappföldi vendégek is érkeznek hozzánk, az egyébként rovarokat fogyasztó **hósármány** nálunk magvakat keres, a sárgacsőrű kenderike erős csőrével többféle termés magjához is hozzájut. A nádas rejtett életű, jellegzetes hangú madarának, a bölömbikának a megfigyelésére télen nagyobb esélyünk van, mint nyáridőben.

Nyomolvasás Havazásban igazi nyomolvasókká válhatunk: aktív a vidra, láb- és csúszásnyomait, halmaradványokat találhatunk az **Öregtavak** halastórendszerénél, ahol közel 70 példánya él. Ha olyan lábnyomokat látunk, ahol egyik láb a másik nyomába lép, akkor biztosak lehetünk benne, hogy róka járt előttünk. Ennivaló után jár az őz, a vaddisznó,

TUDJA-E? »

Csárdák és gémeskutak A csárdaépületek a nagy határu mezővárosok és falvak között húzódó forgalmas utak mentén épültek, ahol az utazók és a hajcsárok elláthatták magukat és az állataikat.

A magyar pusztának a mindentudó gémeskutak is szimbólumai, amelyeket hajdanán nemcsak víznyerésre használtak, néha fontosabbak voltak üzeneteik. A felengedett kútgém hivatalos emberek (csendőrök, pandúrok) közeledtét, a dézsza a földön az ebéd elkészültét, a dézsza a magasban pedig



a tágas pusztán nyomaikat jó darabon követhetjük, igazi játék lehet ez gyermekeinknek. Épp úgy, mint a nyúltappancsok semmi mással össze nem keverhető lenyomata a téli napsütésben vakítóan szikrázó hótakaróban.

A hódályok, gémeskutak magányosan méregetik a távot. A nádtetők különös díszei lehetnek az olvadást követő zord idő alkotási, az olykor majd földig érő jégcsapok. www.hnp.hu ■

nagy bajt (jósághátr, emberhalált) jelentett – mik ezek, ha nem a mai sms-ek ősei?

Híres csárdák: Hortobágyi (Hortobágy, Petőfi tér 1); **Kadarcsi** (33-as főút 85. km); **Meggyes** (33-as főút 60. km-nél jelzett földút leágazás); **Patkós** (33-as főút 45. km); **Kaparó** (33-as főút nagyiváni útelágazás); **Látóképi** (ahol a 33-as főútból elágazik a Debrecen-Balmazújvárosra át Tiszacsegével összekötő út).

HANGULATOS ÉVKEZDÉS VESZPRÉMBEN

Pihenés, nyugalom, hangulatos séták, kulturális kikapcsolódás és szellemi felfrissülés Veszprém-ben, a királynék városában.



Veszprém-ben februárban valódi kulturális kavalkádba csöppenhetünk.

A Hangvillában a Pannon Várszínház Kipling Dzsungel könyvének színpadi adaptációjával, egy kiemelkedő zenei stílusparódiával vár minden korosztályt. A társulat a világhírű Broadway-musicalt, a Hegedűs a háztetőn-t is műsorra tűzte februárban. Ironikus líra a hagyományok erejéről és a kisebbségi létről. A dalokat a Budapest Klezmer Band játssza előben.

Kulturális csemegék A Hangvillában különleges zenei csemegéket is megköszönhetünk. Az „ördög hegedűsének” is nevezett Lajkó Félix virtuóz játékaival stílusok között ugrándozik. Presser Gábor önálló estjén bölcs, sztoikus humorral és persze a zene segítségével varázsolja el közönségét. A Mendelsohn Kamarazenekar Farsang alkalmából a Kossuth- és Liszt Ferenc-díjas Muzsikás Együttessel ad koncertet, február közepén pedig Hajós András is színpadra lép. www.hangvilla.com

Nyitott egyház Aki még nem járt a Szaléziánium Érsekségi Turisztikai Központban, veszprémi kirándulása alkalmával meglehet. A néhány éve megújult Bíró Giczy-ház új funkciót kapott: megtestesíti a katolikus egyház azon célkitűzését, hogy a nem vallásos érdeklődők számára is nyitottabbá váljon.

A ház kiállításai egyrészt a barokk épület eredeti funkcióit mutatják be, másrészt az újonnan létrehozott, főként egyházi témájú kiállításokat lehet megtekinteni.

A földszinten és pincében több látványműhely található, ahol a látogatók megismerkedhetnek a hegedűkészítéssel, a gyertyaöntéssel



Budapest Klezmer Band



Lajkó Félix



Szaléziánium

és az ostsütéssel. A vetítőteremben virtuális utazáson vehetünk részt, amely során sok érdekességet megtudhatnak a környék látnivalóiról és a Veszprémi Főegyházmegye történetéről.

www.szalezianum.hu

Havas séták A kulturális utazások mellett érdemes nagy sétákat is tenni a városban: a várból gyönyörű kilátás nyílik a Bakony hófedte hegycsúcsaira. Az alatta fekvő Veszprémvölgyben kolostorok, régi malmok és kereskedők nyomaira bukkanhatunk. A völgy végén elterülő kis tavat bejárva megcsodálhatjuk a jégtakaró apró kristályait, a hófedte nádtengert. A Rovaniemi lépcsőn felkapaszkodhatunk a Gulya-dombi Parkerdőbe is, ahol a csendben hallhatjuk a lépteink alatt ropogó havat, a kilátókból a veszprémi vár és a város lenyűgöző panorámája tárul elénk.

www.veszpreminfo.hu

Telelés az állatkertben Kellemes sétát tehetünk a Veszprémi Állatkertben is: télen is különleges állatokkal és élményekkel várja a látogatókat. A gyerkőcök kedvence a Kölyökdzsungel játszótér és terrárium, ahol



egyedi környezetben tölthetnek el tartalmas órákat. Az állatkert látogatóbarát fejlesztéseinek köszönhetően egy téli állatkerti séta során a család megpihenhet, felmelegedhet a csimpánzoktól hangos Csimpánzvilágban vagy az Afrika-házban is.

Az állatkertben találunk olyan állatokat is, amik származásuknál fogva kifejezetten élvezik a téli időjárást, ilyenek a hópárducok, a szibériai tigrisek és a kis pandák. www.veszpzoo.hu ■

KULTURÁLIS ÖRÖKSÉGÜNK »

A tikverőzés hagyománya Mohán Moha egyedülállóan megőrizte, és napjainkban is példaértékűen fenntartja különleges hagyományát, féltve őrzött kincsét, mely 2011-ben felvételt nyert a szellemi kulturális örökség nemzeti jegyzékébe.

A falu életének legjelentősebb eseménye a húshagyó keddi tikverőzés. Ilyenkor a 14-20 év körüli legények tradicionális maszkarába öltöznek: rongyszalagokkal gazdagon díszített bohócnak, fehér ruhás szalmatöröknek, szerencsehozó kéményseprőnek, a legfiatalabbak pedig lánynak. A színes farsangi maskarások végigjárják a falut, és minden házba-udvarba betérnek, hogy összegyűjtsék a tyúkólakban talált tojásokat. A szokás a nevét a csupán jelképesen elvégzett „tyúkverésről” kapta, a tyúkok fenekét a bohócok furkósbotjukkal jelképesen megütögtetik, amely szimbolikusan a jószág termékenységet hivatott elősegíteni.

A varázslás részeként a tikverőzők korommal kenik be a házak lakóit – elsősorban a lányokat, asszonyokat –, de a járókelőket és az érdeklődőket is: a kormozással mindannyian a varázslat részeseivé válnak. A tikverőzőket a házaknál a tojáson kívül ezen a napon fánk és bor is várja, az összegyűjtött több száz tojásból pedig az esti mulatságra rántotta készül. Ezzel a lakomával és tánccal zárul a falu népe számára a farsang. www.szellemiorokseg.hu





BUDAPEST REJTETT KINCSEI 1.

A KIRÁLY TEJSZÍNES ÜVEGÉTŐL A HOMÁRVILLÁIG

Tudta, hogy a világon egyedülálló az a gazdag tematikus gyűjtemény, ami az óbudai Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban – Krúdy Gyula utolsó otthonában – látható?

A gasztronómiatörténeti múzeum létrehozásának gondolata a 19. század végén merült fel, és Glück Frigyesnek (1858–1931), a magyar szálloda- és vendéglátóipar egyik kiemelkedő személyiségének nevéhez fűzhető. A múzeum ma a legautentikusabb helyen, Krúdynak, a vendéglátás szerelmének egykori otthonában (Korona tér. 1 szám alatt) fogadja látogatóit.

A vendéglátás históriája Kezdetben csak vendéglátóipar-történeti emlékeket gyűjtöttek, majd 1970-ben kereskedelem-történeti ritkaságokkal – cégekkel, üzletbe-rendezésekkel, különféle munkaeszközökkel, reklámtárgyakkal, üzletkönyvekkel, árjegyzékekkel – bővítettek, ezt követően fotótárral, szakkönyvtárral, képzőművészeti és numizmatikai gyűjteménnyel egészült ki a múzeum anyaga. A hajdani étlapok és menülapok mind az elmúlt másfél évszázad magyar vendéglátásának krónikái.

A jó kalmár a világ jótévője

A fenti címmel, mely két évszázad magyar kereskedelmének történetét mutatja be,

TIPP »

További óbudai múzeumok: Aquincumi Múzeum; Kiscelli Múzeum és Romtemplom; a Zichy-kastélyban található Óbudai Múzeum, Kassák Lajos Múzeum, valamint a pop art atyjának, a magyar származású Victor Vasarelynek emléket őrző Vasarely Múzeum.



Eredeti Stühmer-bolt

tavaly állandó kiállítást nyitottak. A vásárokat, szatócshatárokat és a kereskedelmi szakoktatás mellett egykori szaktárolt mását – Stühmer csokoládébolt, papír-írószerszám és vasbolt – bemutató tárlat különösen érdekes a 21. századi hipermarketek világában felnőtt látogató számára. A mára műkincsekké vált tárgyak közt olyan különleges kellékek is találhatók, mint a király tejszínes üvege, egy régi táncrend, bajuszszütővas, sörszámláló, krampampulis pohár és homárvilla.

Bormustrától az oktatásig

A régi Óbuda hangulatos, úgynevezett Krúdy-negyedében megbúvó múzeum abban az egyedülálló, hogy gyakran ad otthont borbemutatóknak, gasztronómiai előadásoknak, de kiemelt feladatának tartja az oktatásban és továbbképzésben való hatékony részvételt is, vagyis, ahogyan vezetője fogalmaz, őrzi a múltat és segíti a jövőt. www.mkvm.hu

A DUNAKANYAR SZÍVE

A felújított barokk főtér és a színes paloták, a barangolásra csábító kis utcák, az ország egyetlen diadalíve és harmadik legnagyobb székesegyháza mellett Vác modern gyűjteményeit is érdemes felfedezni.

1 Modern Művészeti Gyűjtemény

A 21. századi képzőművészet legjelentősebb képviselőinek reprezentatív anyaga – Matuska Szilvesztertől Salvador Dalíig. A Párizsban befutott Scholz Erik modern alkotásai, Tóth Ernő szatirikus világa, Szabó Vladimír olajképeinek bájos alakjai, Dombai Lilly szerelem- és boldogságmadarai, a legjelentősebb alföldi festő, Józsa János életműve egy-egy falon csoportosítva. A tulajdonos, Papp László műgyűjtő tárlatvezetése felér egy kortárs művészeti gyorstalpalóval.

2 Váci Művészeti Gyűjtemények

A hat állandó gyűjteményt befogadó Pannónia Ház egykor uradalmi fogadóként működött. A magyar Picassóként is emlegetett Hincz Gyula festőművész vibráló színvilágú hagyatéka, a modern magyar kerámiaművészet megteremtője, Gádor István életmű-kiállítása, az európai öntöttvas-művészességre remekei a sárkeresztetől a kályhákig, az angol királyi udvar könyveit is restauráló Váci György könyvkötő munkái, Haraszi Béla mestercukrász nagyméretű cukorépületei, a Váci Sportcsillagok kiállítás, szoborpark és Tündérbert az udvaron – órára elegendő látnivaló.

3 Váci Mosolyalbum

Sajdik Ferenc állandó életmű kiállítása. A karikaturista képe in Vácot mesevárosként ábrázolva idézi meg a történelmi pillanatokat, girbe-gurba házai, hó-sipkás, hagymakupolás saroktoronyai, bánatos lovai és bumfordi madarai láttán minden arc felderül. Gombóc Artúrral, Pom-Pommal és a nagy Ho-ho-horgással is találkozhatunk.

4 Memento Mori

A híres váci múmiákat bemutató pinckiallítás egyszerre borzongató és felemelő. A Fehérek temploma felújításakor felfedezett, 18. századi kriptaleletek, a festett, feliratos koporsók, a különleges klímán természetes módon mumifikálódott tetemek segítenek megérteni a korabeli emberek vallási világlképét, halálhoz való viszonyát.

5 Váci Curia Borház és Borgyűjteménytár

A több mint 2500 eredeti palackozású borból 900 tokaji aszú, 1880-tól napjainkig. A tulajdonos, Víg Gyula a tokaji borok történelmének és a borospalackok „lelki világának” szakértőjeként képes az ismereteket élménnyé varázsolni a látogatók számára. www.turizmusvac.hu



FARSANG TÁJÁN DÉL-ZALÁBAN

Farsang idején – vízkeresztől hamvazó-szerdáig – vidám lakomák, bálok, mulatságok hoznak örömet a téli napokba. Az asztalokra finom falatok kerülnek, elsősorban a farsangi fánk, amelynek legtöbb változata a kanizsai fánkfesztiválon kóstolható meg.

Szalagos, csöröge, farsangi

A rendezvény (február 28.–március 1.) középpontjában a farsangi hagyományok és népszokások állnak, és természetesen az ínycsiklandó fánkok minden mennyiségben, ízesítésben és formában. A fánk lehet szalagos, csöröge, farsangi, lekváros, csokis – a variációknak csak a képzeletünk szab határt. Különböző kategóriában induló csapatok mérik össze tudásukat a fánk sütő versenyben. Ennek a versenynek persze az igazi nyertesei a fesztivál látogatói, hiszen a fánkokat meg is lehet enni. A hagyományok bemutatásán és ápolásán kívül a szervezők fontosnak tartják a régi, hagyományos ételek, ízek életre hívását, hiszen gasztronómiai kultúránk rendkívül gazdag. A fesztivál kísérő programjai közt szerepel helyi bioélelmiszerek, édességek, sajtok, mézek, pálinkák és borok kóstoltatása és vására.

Két séta közt dődölle De nem csak a fánkért érdemes ellátogatni **Nagykanizsára**. A város felfedezése során térjünk be egy étterembe, kávézóba is, ahol megkóstolhatjuk

Fánktörténet » „Egy bizonyos Krapfen nevű pék elhalálozván, műhelyét özvegye vezette tovább. Nem volt könnyű az élete özvegynek, de továbbra is az ő pékségéből került ki a legfinomabb kenyér..., ám egy napon valami okból nem készült el idejében. A vásárlók közül ki üres kézzel, bosszúsán ment el, ki cifrákat mondott..., mígnem a pék né kijött a sodrából, és egy darab tésztát valakinek a fejéhez akart vágni. Szerencsére rosszul célzott, és az nem az illető képén csattant, hanem a kályhán lévő lábasba pottyant, amelyben zsír forrdogált... A célját tévesztett tészta néhány perc alatt aransárgára sült..., így született az első fánk, amit a bécsiek azóta is Krapfennak neveznek.” (Halász Zoltán Mesélő szakácskönyvéből)



Képzőművészetek Háza



Nagykanizsa – Erzsébet tér



a híres zalai és kanizsai tájételeket. A messze földön híres dődölle, a kerekrepéből készült finomabbnál finomabb étkek, különleges zalai rétesek, a Zalakocka, a „Béka” tehetik egyedivé a gasztronómiai élményt. A város századfordulós hangulatával, zöld tereivel és vendégszeretettel várja az utazókat. Egy kellemes séta során gyorsan megismerhetők főbb nevezetességei: **Thúry György Múzeum, Képzőművészetek Háza, Plakátház.**
<http://tourinform.nagykanizsa.hu>

Téltemetés Lentiben Nagykanizsától mintegy 60 kilométerre fekszik a dél-zalai vidék másik kedvelt úti célja, **Lenti**. Hagyományosan itt is minden évben megrendezik a **Téltemető, farsangbúcsúztató programot** (idén március 4-én). A program a maskarások felvonulásával kezdődik, a gyerekeket egy-egy ismert zenekar szórakoztatja. A város több éttermében maszkabált tartanak. A résztvevőknek forralt bort és teát kínálnak.
www.lenti.hu ■

☺
Téltemetés
Lentiben

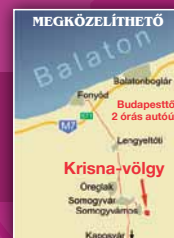
«TUDJA-E?

Lenti és a Kerka völgye Magyarország délnyugati csücskében, a szlovén, a horvát és az osztrák határ közelében fekszik, három néprajzi tájegység (Őrség, Göcsej, Hetes) találkozási pontjában. A város legrégibb műemléke a 13. században emelt **Szent Mihály-templom**, melyet az Eszterházy család alakított a mai barokk formájára a 17. század végén. A lenti fürdő vize Európa-szerte ismert, 40 ezer éves nátrium-hidrogén-karbonátos gyógyvíz, amely mozgásszervi problémák, gyulladásos és kopásos megbetegedések kezelésére alkalmas. A fürdő területén lévő **Szent György Energiapark** játékos hatású energiavonalak találkozási pontjaiban fekszik, ezért Európában egyedülállóvá teszi a lenti termálfürdőt.



Krisna-völgy

Indiai Kulturális Központ és Biofarm



Látogassa meg az év legnagyobb fesztiválját,
a Krisna völgyi Búcsút! Időpont: 2014. július 18-20.

Belépődíjak: Diák /Nyugdíjas: 990 Ft/fő, Felnőtt: 1490 Ft/fő
Nyitva tartás: mindennap 10.00–17.00

8699 Somogyváros, Fő u. 38., info@krisnavolgy.hu, Tel. / Fax: (85) 540-002
Turisztikai szervező: (30) 641-2309, csoporth@krisnavolgy.hu
www.krisnavolgy.hu, www.bucsu.krisnavolgy.hu





JÓÍZÚ FEBRUÁR

Lakomák, multságok, torok, hagyományos ételeink meglepő köntösökben. Farsang és koncert-kavalkád – rövid körkép a Balatonról és Észak-Magyarországról.

1 Kolbászból a kerítés A február 7-9-i hétvégén nem maradunk éhesek, ha ellátogatunk **Fonyódra**, ahol immár ötödik alkalommal hívják az érdeklődőket a kolbászfesztiválra. Izgalmas, ingerborzoló gasztronómiai versenyszámokban – kolbásztöltő verseny, házikolbász- és háziszalámi-verseny – vállalkozó kedvű amatőr és profi böllerek mérik össze tudásukat. www.kolbaszfesztival.info

2 Disznóölésen Ábrahámhegyen Február 1-jén egy igazi falusi disznóölés részesei lehetünk. A jó hangulatú program reggel 7 órakor fogópálinka-kóstolással veszi kezdetét, reggelire sült vért és toros májat kínálnak, majd kolbásztöltő verseny kezdődik. A különböző módon elkészített és fűszerezett sült kolbászok a helyszínen kóstolójegy ellenében megvásárolhatók. www.abrahamhegy.hu

3 Kocsonyák versenye Ha február és **Badacsonytördemic**, akkor a kegyeinkért, de leginkább az étvágyunkért versenyeznek a kocsonyák. A versenyen nem csak a belbecs, a külcsín is fontos. Február 15-én ismét megtudhatjuk, hogy mennyi – sok esetben meglepő – formája és módja létezik hagyományos téli ételünk elkészítésének. www.badacsonytordemic.hu

4 Szalóki szezonnitő A farsang farkát és a malac farkát fogják két kézzel február 22-én **Egerszalókon**, a **Boros-Toroson**. A gyógyvizek völgyében is megmutatják a hagyományos szalóki disznóvágás fortélyait. A feldolgozás, a hurka- és kolbásztöltés után indul a túra: kurta formában a barlanglakásokig, de lehet ám csülköt is koptatni annak, aki a sódombig merészkedik. Itt nemcsak a gyógyvíz párája, hanem némi forralt bor íze melegíti fel a fáradó vándorokat. www.egerszalok.hu

5 Koncerthangulatban A **Becherovka Miskolci Kocsonyafarsang** február 20-23. között várja az érdeklődőket Miskolc belvárosában. Kirakodóvásár, tucatti koncert, számos gyermek- és családi program váltja egymást négy színpadon, karneváli hangulatot megidéző. A hazai könnyűzenei élet legnépszerűbb előadói közt fellépnek: Animal Cannibals, Balázs Fecó, Bëlga, Charlie, Kiscsillag, Kowalsky meg a Vega és sokan mások. www.miskolcikiocsonyafarsang.hu ■



„A szálloda cukrászatán saját készítésű, fantasztikus minőségű gluténmentes sütemények gazdagítják a kínálatot.”

„MENTES” ÉTKEZÉS GONDMENTESEN

Az ételallergiában szenvedők utazás helyett gyakran az otthon maradás mellett döntenek, pedig kiszolgálásukra egyre több hazai szálláshely felkészült.



Az alsópáhoki **Kolping Hotel** konyhájában gyakran 12-14 színes papírcédula színesíti a hűtőt, a séf így vezeti, hogy a szállodában pihenő ételallergiás vendégek közül ki mit nem fogyaszthat, és kinek mivel kell a következő étkezésre készülnie. A tojásallergiás gyermeknek tojás nélkül sütnék linzert, a gluténérzékeny apukának keményítővel sűrítik a paprikás csirkét, nem gond a tejtermékek kiváltása sem. A szálloda kabalaállata, Bobó születésnapján sem kellett senkinek szomor-kodnia, hiszen háromféle tortát sütöttek, ebből az egyik tej- és gluténmentes volt.

A probléma nagyon gyakori, az évek során egyre több vendéget, felnőttet és gyereket érint egyaránt. Kiszolgálásuk komoly odafigyelést és felkészülést igényel, éppen ezért sok szállodában a szakácsok képzésének része az ételallergiás vendégek fogadására való felkészülés, legyen szó akár az alapanyagokról, akár az elkészítésről.

Van miből választani A **Kolping Hotel**ben mindig vannak raktáron speciális élelmiszer-alapanyagok. Fűszerkeverékekből a glutén- és tejmenteset választják, felvágottakból, szalámiakból, virsliből is van „mentes”. A büféasztal kínálatát az igényeknek megfelelően állítják össze, legtöbbször mégis frissen, egyenesen a konyhából tálalják az érintettek számára a garantáltan ellenőrzött hozzávalókból készült ételt. A legjobb, ha a speciális étkezési igényt előre, már a szobafoglalásnál jelzik a vendégek, listát is lehet írni a tiltott összetevőkről.

A mátraszentimrei **Hotel Narád** reggelizőasztalán laktóz- és/vagy gluténmentes tejtermék és kenyérfélék között lehet válogatni, lehetőség szerint a meleg fogások készítésénél is kiváltják a problémás alapanyagokat. Tésztákból főként durummal dolgoznak, a tojást nem fogyasztók nagy öröme. Folyamatosan kínálnak

»»

tojás-, liszt- és cukormentes süteményeket. Nem kell attól félni, hogy ezek a finomságok kevésbé ízletesek a hagyományosnál, a „mentes” mákos-almás süteményükről például senki nem mondaná meg, hogy speciális recept alapján készült. Ha a vendég a kínálatból mégsem tud választani, személyre szabva egyeztetik és készítik el vacsoráját.

Aggodalom nélkül Hévízen

A hévízi **Hunguest Hotel Helios** a félpanzió keretén belül biztosít speciális étrendet a liszt-, laktóz-, tejfehérje-, tojás-, szójaérzékenyeknek, diabéteszeseknek, emellett laktóz-, natív cukormentes-, zsír és fehérjeszegény ételeket is kínál. Az étlap mindennap tartalmaz olyan menüsört, amely a táplálékallergiában szenvedőknek is lehetőséget nyújt a megfelelő étel fogyasztására, így a vendégeknek az aggodás helyett valóban csak a pihenésre kell figyelniük. A büféasztalon speciális piktogramok könnyítik meg az ételválasztást.

Az érkező vendégeknek még csak előre szólniuk sem kell, hisz a nap bármely szakában adott részükre a diétás étkezés. A szálloda cukrászatán saját készítésű gluténmentes kenyerek, reggeli pékáruk és fantasztikus minőségű sütemények gazdagítják a kínálatot. ■

© Pinter Tünde



Vészhelyzetre » Gyerekeknél sokszor nem az a gond, hogy éhen maradnak, hanem hogy megkívánják a büféasztalon lévő tiltott finomságot. A legjobb, ha erre az esetre magunknál tartjuk a kedvenc, diétába illő finomságukat, amivel könnyen leszerelhetők.

DISZNÓTORTÓL HALFESZTIVÁLIG

A téli fesztiválok és toros ünnepek fajsúlyos fogásai közé felsorakozik hazánk folyóinak és tavainak gazdag halállománya. A pesti halfesztiválon a kárász kap főszerepet.

Halfesztivál a múzeumkertben

Idén hosszabb időtartamban és nagyobb területen, a **Palotanegyedben** rendezik meg február 13–16. között a **II. Budapesti Halfesztivált**. A halünnepen hazánk folyóiban, tavaiban élő halait jellegzetes ízesítéssel készítik el a részt vevő éttermek. A különböző tájegységekről származó ételeket régiók szerint találják. De a magyar ízek mellett megkóstolhatjuk az ázsiai és egyéb nemzetközi különlegességeket is. A rendezvény egyben szeretné a látogatókat ráébreszteni a Duna természeti értékeire és vizeink tisztaságának védelmére is.

www.budapestihalfesztival.hu



Tanyasi disznótör a Bodor majorban

Ha gasztronómiai ízlésünk mégis inkább a disznóságok felé hajlik, látogassunk el február 15-én egy hamisítatlan falusi disznótörre, a Szentendrei-szigeten fekvő **Bodor majorba**. A csapatépítésnek is kiváló hagyományos tanyasi disznóvágás hajnalban pálinkával kezdődik, reggelire hagymás vérrrel folytatódik, és megy a munka, beszélgetés, iszogatás egész nap, terjeng a sült kolbász ellenállhatatlan illata. Gyermekkori emlékek idéződnek fel a látogatóban, aki programját fűszerezheti akár egy kiadós sétával, lovas szánózással, lovaglással vagy lovas bemutatóval is. www.bodormajor.hu ■

sport&kedv

belépő a mozgás világába



Neked van már?

sport&kedvezmény&tanácsadás infopont
www.sportkartya.eu



UTAZÁS



2014. február 27. - március 2.

Az Utazás kiállításon, Magyarország legnagyobb turisztikai seregszemléjén, idén tavasszal is számos koncert, játék és nyeremény kíséretében mutatkozik be közel 30 ország 500 kiállítója. A kiállítás első, szakmai napja ad otthont az Utazás Fórum konferenciának. 2014-ben kiemelt téma a családi utazás. A családi utazások szívében tematikus ajánlatok és gyerekjátékos várja az érdeklődőket, valamint a nagy sikerre való tekintettel ismét lesz közönségjáték, amiben az Utazás útlevelel értékes utazásokat nyerhetsz.

Az Utazás nagykövete: **Kandász Andrea**

Külföldi díszvendég: Tunézia

Belföldi díszvendég: Pécs

Kulturális díszvendég: Matyóföld

Vásárolj meg belépőjegyed online 1900 Ft helyett 1500 Ft-ért, így pénzt spórolsz és a sorban állást is elkerülheted!

Egyidejű kiállítások:

Karaván Szalon

Port.hu BringaExpo

Programokról és kiállításokról bővebb információ:

www.utazas.hungexpo.hu

Kövess minket a Facebook-on is:

[http://www.facebook.com/utazaskiallitas](https://www.facebook.com/utazaskiallitas)



hungexpokiállítás
programod van

Együttműködő
partnereink:

