

# KERÉKPÁRRAL EBESRŐL



„Kerékpárút fejlesztése Ebesen”  
TOP-3.1.1-15-HB1-2016-00002

SZÉCHENYI 



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Regionális  
Fejlesztési Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

# Miért közlekedj biciklivel?

Gyors és kiszámítható! A kerékpár a legalkalmasabb jármű arra, hogy ajtótól ajtóig egyszerűen, kényelmesen és gyorsan eljuss. Nem kell dugóban rostokolni, parkolót keresni, nagyokat kerülni, autóbuszra várni. Utazásod percre pontosan tervezhető, mindig kiszámítható.

Költséghatékonyság! A kerékpározás a legolcsóbb közlekedési mód. Egy városi közlekedésre alkalmas egyszerűbb bicikli már 2-3 tank benzin árából megvásárolható.

Egészséges! A kerékpározás a legjobb fogyókúra, a legolcsóbb fitnesz, a leghatékonyabb egészségmegőrző: csökkenti a szív-infarktus és egyéb megbetegedések kockázatát, levezeti a stresszt és jó közérzetet biztosít.

Környezettudatos! A gépkocsik okozta környezeti ártalmak akkor is mérgezik mindannyiunk életét, ha éppen nincs szmogriadó. Ha kerékpározol, ezeket csökkenteni tudod!

Mert bringázni jó! Aki egyszer kipróbálja a bringázást, nagyon hamar ráérez az ízére, és annyira értékelni fogja a tekerés előnyeit, hogy többé le sem akar szállni kerékpárjáról!

## Tudtad?

A gyaloglás, kerékpározás és a tömegközlekedés fejlesztésének kombinációjával a városok sikeresen csökkenthetik az autósforgalmat.

A kerékpározás hatékonyan növelheti a közlekedés biztonságát, valamint aktív közlekedési mód lévén a mozgásszegény életvitel káros következményeit is csökkentheti.

A felnőtteknek (18-65 éves kor) heti legalább 150 percnyi alacsony intenzitású mozgást kellene végezniük. A kerekzés és a gyaloglás a mindennapi közlekedésben megadja ezt a mennyiséget.

A kerékpározás és a gyaloglás alapvető fontosságú a gyermekek és tizenévesek mozgási fejlődése szempontjából.

A gépjárművek parkolási költségei sokkal magasabbak, mint a kerékpártárolásé.

# A kerékpár karbantartása

Ha már rendelkezzel saját kerékpárral, néhány alapvető javítást te is el tudsz végezni, de ajánlott szakszervizhez fordulni használatától függően átlagosan félévente, hosszabb kihagyás után pedig mindenképp. Szintén célszerű tisztán tartani a kerékpárt. Indulás előtt ellenőrizzük a kerekek nyomását, a fékek és a lámpák működését.

Ha otthon egyáltalán nem rendelkezünk szerszámmal, érdemes egy kifejezetten kerékpárosoknak készült multifunkcionális szerszámot beszerezni. Ez olyan, mint egy kis svájci bicska sok-sok funkcióval, amellyel szinte az összes alapvető munkát elvégezhetők.

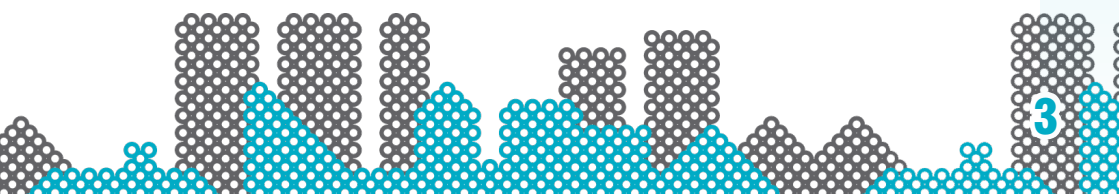
## Amiket magad is egyszerűen elvégezhetsz:

**Fék:** Érdemes néha ellenőrizned, hogy mennyire koptak el a fékpofák, és újra beállítani a fékeket. Ha teljesen elkoptak, pár perc alatt le tudod ezeket cserélni.  
**Lánc:** A láncot érdemes rendszeresen olajozni. Ne várd meg, míg berozsdásodik, vagy nyikorogni kezd, mert az a láncon kívül a lánckerekeknek sem jó.  
**Kerék:** A kerekeket mindig az ajánlott keménységűre pumpáld fel – általában az abroncsok oldalán feltüntetnek a gyártók egy ideális nyomásértéket. Télen lehetnek valamivel laposabbak az abroncsok, hogy minél nagyobb felületen tudjanak tapadni az útesten, nagyobb eséllyel birkózva meg a csúszásveszéllyel.  
**Télen:** Különösen fontos a kerékpár gondozása, erre vonatkozó tippeket a [kerekparosklub.hu/telikarbantartas](http://kerekparosklub.hu/telikarbantartas) oldalon találhatsz.

## Kerékpáros KRESZ

### Segélyhívó telefonszámok:

- 112** Egységes európai segélyhívó szám
- 104** Mentők
- 105** Tűzoltóság
- 107** Rendőrség

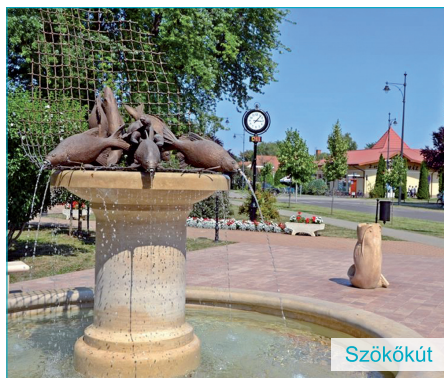


# A kerékpár felszereltsége



## Ebes

Ebes Hajdú-Bihar megye középső részén, Hajdúszoboszló és Debrecen között található. A község története messze visszanyúlik a honfoglalást megelőző időkre, legkorábbi írásos említése az 1332-37-es pápai tizedjegyzékből ismert. A Debrecen környéki tanyavilágból 1952-ben alakult ki a jelenlegi helyén Ebes község, amely a város komfortját és a falu nyugalalmát nyújtja az ide látogatóknak.





## Látnivalók, nevezetességek

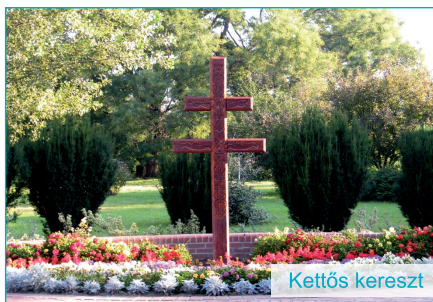
Az Árpád-kori Ebes egykori templomának alapfalai még megtalálhatók a község határában. Új templomai az utóbbi években épültek, 1997-ben épült fel a református, majd 1998-ban a katolikus templom. A református templomkertben található az 1952-53 között Ebesre kitelepített családok emlékműve.



Kitelepített családok emlékműve



Polgármesteri hivatal



Kettős kereszt



Széchenyi István bronzszobra

A településen számos park és játszótér található: a Polgármesteri Hivatal melletti Széchenyi teret gróf Széchenyi István egész alakos bronzszobra díszíti, míg a Szent István parkban kettős kereszt emlékeztet a középkori falu pusztulására.

A Széchenyi Ferenc Tájmúzeum 2004-ben nyitotta meg kapuit a látogatók előtt; történeti, régészeti kiállításaival mutatja be a települést és a kistérséget.

A község megismerésén túl nagyszerű kirándulásokat tehetünk a környék (pl. Hajdúszoboszló 7 km, Debrecen 12 km, Hortobágy 30 km, Nagyváradi 70 km) nevezetességei felé.

Bővebb információ: a [www.ebes.hu](http://www.ebes.hu) honlapon található, ahol tájékozódhat a település programjairól, egyéb látnivalóiról.



Széchenyi Ferenc Tájmúzeum

# Látnivalók a közelben - Hajdúszoboszló

## Hungarospa Strand, Gyógyfürdő

A hajdúszoboszlói gyógyfürdő 3 gyógyvizes medencéje mellett 4 nyitott látványmedence áll a vendégek rendelkezésére, míg az élményszerű egyedi fürdőélményeket nyújt minden generáció számára. Különböző korokat és helyszíneket megidéző exkluzív élménymedencék, szaunavilág, baba- és családi medencék, szőrf, wellness-, fitness szolgáltatás várja a látogatókat.

A május 1-től szeptember 30-ig nyitva tartó strandon 13 medence közül minden korosztály kedvére választhat, a különböző élménymedencék, úszó-, hullám-, pezsgő- és gyermek medencék közül. A strand igazi slágere a pálmákkal és homokos parttal övezett mediterrán tengerpart.

Elérhetőségek:

Hajdúszoboszló, Szent István park 1-3.

Telefonszám: +36/52 558 558

## Bocskai István Múzeum

Elérhetőségek:

Hajdúszoboszló, Bocskai út 12.

Telefonszám: +36/52 362 165





# Nagyhegyes

## Tájház

A 2002-ben elkészült Tájház küllemében és belső elrendezésében is ugyanolyan, mint amelyekbe 1952-ben (a falu megalakulásának évében) költöztek be az egykori nagyhegyesi emberek.

Elérhetőség:

Nagyhegyes, Kossuth u. 4.



Tájház

## Kráter-tó

Az 1961-ben keletkezett, egykori gázkitörés helyén a Nagyhegyesi Kráter-tó, amely mintegy 200 m átmérőjű. Ma ipari emlékhely, közkedvelt kirándulóhely. A horgászatra is alkalmas kb. 5 méter mély tavacska t erdő öleli körül, s a település felől szilárd burkolatú úton lehet megközelíteni.



Kráter-tó

# Balmazújváros

## Semsey Kastély

A több mint száz éves kastély Balmazújváros legmagasabb részén, az akkori település belterületi központjában, a római katolikus templom mögött épült fel. Építészeti stílusa klasszicista. Az épület jelenleg a Semsey Andor Múzeum kiállításainak ad helyet. Elérhetőség:

4060 Balmazújváros, Debreceni u. 2.

Telefonszám: +36/52 821 555

(1-es mellék)



Semsey Kastély

## Hajdú-Bihar megye térképe

