



Egészség
Kultúra
Innováció
A jövő Győrben épül.

GYŐR+ HETILAP

gyorplusz.hu

V. évfolyam 47. szám / 2015. november 20., péntek / Megjelenik 59.500 példányban



Írásunk a 4. oldalon

Zöld karácsonyt mindenkinek!

Környezettudatos ünnepi készülődés **Kuka Bercivel!**

Harangvölgyi Klinika

Egy hely, ahol tudják, mi kell Neked...

Győr, Bajcsy-Zsilinszky út 24. gyor@harangvolgyi.hu vagy +36-30/716-6820





GYŐRI ELŐRE HÁLÁZATI TERMELOSZÖVEGVEZET

SAMSUNG

Nyerjen HD TV-t karácsonyra a BAJCSHALTÓL!

3x3.000-Ft feletti vásárlás = HD TV

A játékosvényét az üzletekben adhatja le.

A játék időtartama: 2015. november 3. - 2015. december 10. Valamennyi mintaboltunkban 1db TV talál gazdára! A részletes játékelhívás a www.bajcsshal.hu oldalon elolvasható.

Jelzőlámpa kerül a kereszteződésbe

A Baross út–Dr. Petz Lajos utca kereszteződése több éve a baleseti statisztikák élén szerepel, most változhat a helyzet.

„A polgármesteri hivatal, a terület önkormányzati képviselője és az Útkezelő Szervezet is többször jelezte a problémát, ám a megoldás nem volt egyszerű, hiszen a Petz utca önkormányzati, míg a főirányt jelentő Baross út állami tulajdonban van” – kezdte Simon Róbert Balázs országgyűlési képviselő. Mint mondta, a győri Útkezelő Szervezet által elkészített tervekkel kereste meg a Magyar Közút Nonprofit Zrt. vezetőjét az ügyben, majd pedig Borkai Zsolt polgármestert, aki jelezte, az önkormányzat vállalja a beruházás költségeinek ötven százalékát, hiszen fontos, hogy megoldódjon ez a probléma.

Radnóti Ákos alpolgármester kiemelte, a statisztikák jól mutatják, hogy milyen fontos a beavatkozás. Hozzátette, a közlekedők részéről is lényeges lenne a nagyobb figyelem, mert a balesetek nagy része elkerülhető. A koccanások fő okai a körültként nélküli áthajtások, időnként a tiltott balra kanyarodások voltak.



Décsi Csaba András, a terület önkormányzati képviselője leszögezte, egy több évtizedes problémát sikerül most közösen megoldani, ami nem csak a környéken lakóknak, de mindenkinek örömetli, hiszen a kereszteződés szomszédságában nem csak a kórház, de számos más intézmény is működik, emiatt jelentős a forgalom ebben a csomópontban.

Prédl Antal, az Útkezelő Szervezet vezetője elmondta: „Az útkezelő olyan megoldást dolgozott ki, amely valóban biztonságossá teszi a csomópontot, emellett a jelzőlámpa képes lesz a forgalom érzékelésével nyújtani a zöldidőt, így téve dinamikussá az áthaladást.”

A 31 millió forintos beruházás kivitelezése elkezdődött, és várhatóan három hétig tart, ebben az időszakban félpályás útlezárásokra, kisebb torlódásokra kell számítani.



GYÖRMASZÁZS

Masszázs fajták:

- Svéd • Csokoládé •
- Sport • Relaxáló aroma •
- Méz • Biopton fényterápia •
- Talp • Kineziológiai tapasz •

Minden hónap második hétvégéjén már Győrszentivánon is!

Masszázs, pihentető, kellemes környezetben, professzionális krémekkel és olajokkal.

www.gyormaszazs.lwd.hu
+36-20/231-2108

Nyílt nap a Mórában

Nyitott kapukkal várja a Győri Móra Ferenc Általános Iskola és Szakközépiskola a leendő első osztályosokat és szüleiket. November 24-én 8-tól 12 óráig bemutató órákon tekinthetnek bele az iskola nevelő-oktató munkájába, majd délután 17 órától szülői értekezleten kaphatnak választ felmerülő kérdéseikre, megismerkedhetnek az induló osztályok tanítóival.

www.moraferenciskola.hu



A vidám lámafiú, az állatkert legfrissebb lakója Halloween előtt két nappal született. Hófehér bundájával, hatalmas szemével a látogatókat hamar megigézte. Mindenkit szeretettel várnak novemberben is, a 10 órától 17 óráig nyitva tartó állatkertbe!

Megújult a Kálvinista utca

A Kálvinista utca a 70-es években kapott felületi bevonatot, amely mára elhasználódott, sokszor kátyúsodott. Fekete Dávid alpolgármester, a terület önkormányzati képviselője elmondta, folyamatos lakossági igény volt a rossz állapotú utca felújítása. Hozzátette, a közelben jelentős városrehabilitációs munkák zajlottak, amelyek érintették többek között a Kosuth utca és a Bercsényi ligeti utak burkolatát, de a nagy forgalmú utak mellett fontos a lakóutcák karbantartása is. A

szomszédos Sütő utca felújítása után most a Kálvinista utca készülhetett el, a kivitelezés 61,4 millió forintba került. Az önkormányzat keresi a lehetőséget a folytatásra. Prédl Antal a győri Útkezelő Szervezet vezetője hozzáfűzte, a munkálatok során a teljes pályaszerkezet cseréjével, új járdafelülettel teljes körűen, „faltól falig” megújult az utca. A kivitelezést összehangolták a Pannon-Víz Zrt.-vel is, így az ivóvízvezeték-hálózat is megújult a szolgáltató beruházásában.

Fogadóóra

Szabó Jenő önkormányzati képviselő november 25-én 15–16 óra között fogadóórát tart, a Győr Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatala Ménfőcsanak Lakossági Információs Irodán (Győr–Ménfőcsanak, Szentári u. 4. sz.).

Közmeghallgatás

Győr Megyei Jogú Város Örmény Nemzetiségi Önkormányzata 2015. november 24-én 10.00 órakor közmeghallgatást tart az Örmény Nemzetiségi Önkormányzat hivatalos helyiségében, melynek címe: Győr, Liszt Ferenc u. 1.

Jogsegély

November 25-én 17 órától ingyenes jogsegélyszolgálat lesz a Herman Ottó utca 22. szám alatti MSZP Székházban, amelyre minden érdeklődőt sok szeretettel várnak.

Gyűlnek az aláírások a kvótarendszer ellen

Somogyi Tivadar, Fekete Dávid és Radnóti Ákos alpolgármesterek a Jedlik Ányos utcában, míg Kara Ákos győri országgyűlési képviselő a Lajta utcában gyűjtötte az aláírásokat a menekültek befogadására kötelező kvótarendszer ellen, amelyet az Európai Unió Tanácsa hozott, s amelyet Magyarország az Európai Bíróságon megtámad.

Sok aláírásgyűjtésben részt vettem, ilyen egységes azonban még sosem volt a magyar társadalom – hangsúlyozta Somogyi Tivadar. Elmondta azt is, az aláírásgyűjtés közben sok emberrel beszélt, s minden józanul gondolkodó ember egyetért azzal, hogy a menekültkérdésben jól cselekszik a kormány és a miniszterelnök.

A szörnyű párizsi események után az emberekben még nagyobb a hajlandóság a kötelező kvótarendszer elutasítására, az ugyanis a terrorizmus szétesztása lenne – mondta el Fekete Dávid, aki szerint az emberek, kortól és nemtől függetlenül, nagy számban csatlakoznak az aláírásgyűjtéshez. Radnóti Ákos tapasztalatai szerint az aláírásgyűjtésnek kilencvenszázalékos a támogatottsága, azaz száz emberből kilencven egyetért azzal, hogy Magyarország nem kér a menekültekből. A győriek nyáron meg tapasztalhatták, mivel jár a menekültérkezése, úgy gondolom, ezt a helyzetet senki sem akarja újra átélni – jelentette ki.



Kara Ákos a Lajta utcában levő aláírásgyűjtő pontnál nyilatkozott. A kötelező kvótarendszer rossz döntés, harcolunk ellene, ezért a parlament sürgősséggel felhatalmazta a kormányt, hogy támadja

meg azt az Európai Bíróságon – nyilatkozta a képviselő. Kara Ákostól megtudtuk, eddig félmillió aláírás gyűlt össze országszerte, s Győrben és környékén több tízezer aláírásra számít.

Az aláírásgyűjtés az elkövetkezendő hetekben folytatódik. Győrben a vidéki buszpályaudvaron, a Kodály úti posta és a Lajta utcai posta előtt, Szabadhegyen a Jereváni úti bolt előtt, Ménfőcsanakon a Malom üzletház előtt, míg Győrújbaráton a polgármesteri hivatal előtti téren lehet csatlakozni a petíció aláírásához.

Győri fegyveres katonák a dunántúli megyékben

A franciaországi terrortámadások miatt Magyarországon is biztonsági intézkedéseket vezettek be. A Magyar Honvédség megerősítette objektumainak védelmét, valamint fokozta a katonai jelenlétet az ország különböző pontjain. A katonai rendészek mellett, a Magyar Honvédség 12. Arrabona Légvédelmi Rakétaezred katonái a héten Győrben is járőrözni kezdtek, de az alakulat katonái Kaposváron és Nagykanizsán is teljesítenek hasonló szolgálatot. Az ezred kijelölt alegységei egyébként hetek óta határvédelmi feladatokat is ellátnak Somogy és Zala megyében.



Fogadóóra

Szeles Szabolcs önkormányzati képviselő fogadóórákat tart: nov. 23. 16.30-tól 18.00 óráig Kossuth Lajos Általános Iskola Márvány utcai épülete (Márvány u. 4.), nov. 24. 16.30-tól 18.00 óráig Pinnyéd, Művelődési Ház (Napfény u. 1.), nov. 25. 17.00-tól 18.30-ig Újvárosi Művelődési Ház (Liget u. 55.).

A KAZINCZY FERENC GIMNÁZIUM
(9021, Győr, Eötvös tér 1.)

November 30-án, hétfőn 17 órakor
TÁJÉKOZTATÓRA VÁRJA
a negyedik osztályos gyerekek szüleit az iskola könyvtárában.

Az érdeklődők képet kaphatnak a 8 évfolyamos gimnáziumi képzésről, a jelentkezésről, s a felvételi követelményekről.

www.gymskik.hu

AJÁNLÓ

**MIÉRT
MIÉRT
MIÉRT
MIÉRT
MIÉRT**
ÉPPEN
**A GYŐR-MOSON-SOPRON MEGYEI
BÉKÉLTETŐ TESTÜLETHEZ
FORDULJON?**

- Az eljárás ingyenes.
- A fogyasztói jogvita gyorsan lezárul, az eljárási határidő rövid.
- Az eljáró tanács egyezséget kísérel meg létrehozni a vitás felek között.
- Ha az elmarasztalt nem teljesíti az egyezséget, a végrehajtás bírósági úton kikényszeríthető.
- A fogyasztó írásbeli jelzésére nyilvánosságra hozzuk a nem teljesítők adatait.

Az eljárás elindításához szükséges adatlap a Győr-Moson-Sopron Megyei Kereskedelmi és Iparkamara honlapja, a www.gymskik.hu felső menüsorában a Békéltető Testületre kattintva az „Adatlap az eljárás beindításához” címről letölthető.

TEENDŐK:

A kitöltött adatlap és az ügyhöz kapcsolódó valamennyi iratanyag másolatának eljuttatása (személyesen, avagy postai úton) a Békéltető Testülethez.

Az eljárás menetéről bővebben a honlapon tájékozódhat.

ELÉRHETŐSÉG:
**GYŐR-MOSON-SOPRON MEGYEI
BÉKÉLTETŐ TESTÜLET**
9021 Győr, Szent István út 10/A
Telefon: 96/520-217. Fax: 96/520-218
Levelezési cím: 9001 Győr, Pf. 673
E-mail: bekeltetotestulet@gymskik.hu

Bővebb információ:

- www.gymskik.hu/rendezvenyek
- www.gymskik.hu/enterprise-europe-network

www.facebook.com/gymskik

Az ABIGÉL és a KAKTUSZVIRÁGA producereinek ÚJ premijere

Főbb szerepekben:

Gesztesi Károly
Hujber Ferenc
Kiss Ramóna

Estére szabad a kecső avagy a londoni szextett

Bulvár burleszk

DECEMBER 9. (szerda) 19 ÓRA

Vaskakas Művészeti Központ (Czuczor G. út 17.)

Ray Cooney legtöbbet játszott vígjátéka!



„Óriási siker! Az év legütősebb vígjátéka! Nem tudtam abbahagyni a nevetést.” – The People Magazin

Szereplők: PHILIP MARKHAM – Hujber Ferenc; JOANNA MARKHAM – Kiss Ramóna; HENRY LODGE – Gesztesi Károly; LINDA LODGE – Vanya Timea; ALISTAIR SPENLOW – Száraz Dénes; SYLVIE – Bugár Anna; TRISTAN PANGBOURNE – Harmath Imre; MISS COOK – Bánfalvy Ági; MISS WILKINSON – Görgényi Fruzsina. Rendező: Horváth Csaba. Producer: Bánfalvy Ági, HCS; Diszletés, jelmeztervező: Szilvák István

Jegyrendelés, info:
+36-20/261-5965, +36-96/311-770
Jegyek a helyszínen és a Látogatóközpont/Tourinform Irodában válthatók!

Kuka Berci fenyőfát árul és szemétből ajándékot készít

Hogyan legyünk környezettudatosak karácsonykor is?

A Győr+ Média a környezettudatos gondolkodás és magatartás, a jövőbe mutató hulladékgazdálkodás és a „zöld” szemléletformálás jegyében hívta életre 2015-ben Kuka Berci figuráját. Az év során több esemény, úgy mint a Győrkecskifestivál egyik kiemelkedő helyszíne, az Adyvárosi Tóparty fesztivál ökohelyszíne, valamint a Sashegyi Hulladékkezelő Központban megszervezett nyílt napok megvalósítása és sikeressége igazolták és támasztották alá létjogosultságát, és népszerűségét a lakosság körében.

Kuka Berci az adventi hétvégék időszakában, a Győri Nagytársasági Hulladékgazdálkodási Önkormányzati Társulás támogatásával, saját interaktív standdal jelentkezik a Győr+ Pavilonnál. Ösztönöz, tanácsot ad, gyakorlati segítséget nyújt a lakosoknak az ünnepekkor nagy mennyiségben fogyó csomagolóanyagok csökkentésére. Kuka Berci meg-

mutatja, hogyan tudunk környezetbarát módon ajándékot csomagolni, újrahasznosított módon kreatív meglepetéseket és díszeket készíteni.

Földlabdás fenyőfa-árusítás a Tarcsay úti piacon 2015.12.09-23. között.

Vásárolj földlabdás karácsonyfát Kuka Bercitől!

A kreatív adventhez, és a környezettudatos karácsonyhoz szervesen kötődik

azoknak a földlabdás fenyőfáknak az árusítása, amelyekhez a Tarcsay úti piacon lehet hozzájutni december 9-től. A megvásárolt földlabdás fenyőfákat karácsonyt követően mindenki a saját területén elültetheti, vagy vissza is viheti a vásárlás helyszínére. Aki így tesz, 500 forintot visszkap a vételárból. Ezt természetesen meg is tarthatja, de jótékony célra is felajánlhatja: Kuka Berci az összegyűlt adományt a Győri Állatmenhelyen élő kis barátaiknak juttatja el.

A visszakerült fákat a talajfagyok elmúltával egy, a város által kijelölt területre ültetjük be, ezzel létrehozva Kuka Berci Zöld Pagonyát.

Interaktív advent Kuka Bercivel: 2015. 11. 28.- 2015. 12. 19. között minden szombaton 10-től 18 óráig, a Győr+ Média Pavilonnál, a Baross úton.

Úragondolnák a kötelező olvasmányokat

SZERŐ: FÖLDVÁRI GABRIELLA
ILLUSZTRÁCIÓ: MARCALI GÁBOR

Harry Potter, Rumini, Az éhezők viadala, Alkonyat, A Szent Johanna-gimi – ezeket a könyveket kellene kötelezővé tenni az iskolákban Arató László szerint. A Magyar-tanárak Egyesületének elnöke erről a Győri Könyvszalon Kötelező irodalom? című konferenciáján beszélt.

Az iskolában hatvan százalékban klasszikus irodalmat, negyven százalékban pedig kortárs és populáris irodalmat kellene tanítani – hangzott el a konferencián. A magyartanár szerint a diákok számára be kell bizonyítani, hogy az irodalom nem egy halott, múzeumi tárgy és azt is, hogy nem csak a halott író a jó író.

Arató László úgy véli, alapvetően nem a kötelezőirodalom-lis-tával van a baj, hanem azzal, hogy vannak kötelezők, és nem

kötelezők. Az lenne az ideális, ha olyan tanterv lenne, amelyben a kötelezők mellett lennének közös olvasmányok is, melyekről meg lehetne egyezni a gyerekekkel. Valamint lenne egy olyan kategó-



ria, melyet csak egy-egy gyerekcsoport olvas el, szabadon választott módon, és prezentál belőle az osztálytársaknak.

Arató László tapasztalatai szerint az olvasóvá nevelésben kiemelkedően fontos a 7-8. évfolyam.

Az a gyerek válik olvasó felnőtté, aki ebben a korban olvasó marad. Erre azonban a Kőszívű ember fiai regény nem alkalmas, ma Jókai nem visz közelebb az olvasóvá váláshoz. Jókain kívül regényirodalomra ajánlott Mikszáth Szent Péter esernyője, valamint választani lehet Verne, Mark Twain és Dickens művei között. Ezeket a klasszikus írókat pedig nem szívesen olvassák a mai gyerekek. Egy felmérésből kiderült, 100-ból csak 5 diák kedveli őket. A 14-15 éves középiskolásoknak a Szigeti veszedelmet és az Isteni színjátékot kell olvasniuk, amely nem olvasóvá nevel, inkább lezene az olvasásról – emelte ki az előadó.

Nem csak az olvasmányélményeken, de a tanáron is sok múlik a diákok olvasóvá válásának folyamatában – hangsúlyozta Arató László. A pedagógusnak úgy kell bemutatnia a kötelező olvasmányt, hogy kiemelje belőle azt, ami a mai diákoknak szól, ami a műből a gyerekek világa, és önismeretüket segítheti.

Egyedülálló fitnesspark épül Győrben

SZERZŐ: PAPP ZSOLT

FOTÓ: A LÁTVÁNYKÉP ILLUSZTRÁCIÓ

A győri önkormányzat beruházásában, az Audi Hungaria Motor Kft. kiemelt támogatásával épül az a teljes egészében magyar fejlesztésű kültéri edzőpark, amely minden korosztály számára komplex mozgáslehetőséget nyújt majd a Barátság Parkban.

„Az önkormányzat törekszik arra, hogy a mindennapi mozgás, a sportolás, az egészséges életmód lehetőségei folyamatosan bővüljenek, és hogy minden korosztály számára hozzáférhetőek legyenek városunkban. A Barátság Park eddig is a győriek népszerű sportparkja volt, de a mostani, egyedülálló fejlesztéssel reményeink szerint még többen választják majd a mozgást a szabadidejükben a szabad levegőn” – fogalmazott a fejlesztéssel kapcsolatban Borkai Zsolt. A polgármester hozzátette, heteken belül egy olyan komplex kültéri fitnesspark készül el a Barátság Parkban, amely 14 éven felül mindenkinek kitűnő lehetőséget kínál az edzésre, fizikai állapotának javítására. „Az edzőpark létrehozása egy újabb összefogás eredménye. Köszönet a támogatásért az Audi Hungaria Motor Kft.-nek. Örömteli, hogy az egyedülálló létesítmény győri fejlesztés. Ez is mutatja, hogy a mozgás szeretete és megszerettetése közös ügyünk, és ez a fitnesspark egy újabb teret ad az egészséges életmód gyakorlásának.”

„Örömmel tölt el, hogy társadalmi felelősségvállalásunk jegyében Győr

Radnóti Ákos alpolgármester, adyvárosi önkormányzati képviselő hangsúlyozta, hogy a Barátság Park eddig is a város és a városrész egyik büszkesége volt, s öröm számára, hogy egy újabb fejlesztéssel gazdagodik a park, amit nagyon sokan tudnak használni, nem mellékesen, ingyenesen. Hozzátette, az adyvárosiak rendkívül örülnek annak, hogy a városrészben lehetőség van az aktív és a passzív kikap

egy komplex edzés módszer, az active body system (ABS) is tartozik, ami a különböző izomcsoportok erősítésére, nyújtására, a mozgáskoordináció, stabilizáció fejlesztésére és az állóképesség növelésére kidolgozott edzés módszer a hozzá kifejlesztett állványzattal és többfunkciós eszközparkkal.

Tálos Gergő, a Yakuza Fitness Győr egyik tulajdonosa a fejlesztéssel kapcsolatban hangsúlyozta, az álta

A parkba telepített eszközök több ezer különféle gyakorlat elvégzésére adnak lehetőséget. Megtalálható lesz benne egy komplett crosscore állomás, a központi torony pedig 27 edzésállomást foglal majd magában. A teljesség igénye nélkül az eszközök között bordásfal, láberősítésre használható traktorgumi, gömbcsuklós súlyzórud, lépcső, felülőpad, korlát, fekvőtámasz-állomás, medicinlabda-dobó trambulín,



A parkba telepített eszközök több ezer különféle gyakorlat elvégzésére adnak lehetőséget

városával és más partnerekkel karöltve, egy újabb nagyszerű kezdeményezést valósíthatunk meg, hiszen fontosnak tartjuk az egészség megőrzését. Az új edzési lehetőségekkel vonzó alternatívát kínálunk azoknak, akik szívesen sportolnak, töltődnek fel energiával és kapcsolódnak ki a szabadban” – fogalmazott Axel Schifferer, az Audi Hungaria Motor Kft. pénzügyekért felelős ügyvezetője.

csolódásra egyaránt, hiszen a Barátság Park a sportolni vágyókat szolgálja ki, míg innen pár percre, a tónál végrehajtott nagyszabású fejlesztéseknek köszönhetően, a pihenés is biztosított. Hangsúlyozta, a park környékén új parkolók várják a mozgás szerelmeseit, a Grabo-sátor mögött nemrég 47 hely készült el.

A park és az eszközök teljes egészében saját fejlesztésűek, amelyhez

luk kidolgozott koncepció révén az edzősereket a 14 év felettiek, köztük az idősek is tudják használni, hiszen lehetőség van a gyakorlatok könnyített végzésére. Kiemelte, ezek a gyakorlatok több izomcsoportot is megmozgatnak egyszerre, kiemelten fókuszálnak a törzs erősítésre, és végzésükkel számos egészségügyi probléma megelőzhető. Kiemelte, a park használatához egy szoftver is készül, amelynek segítségével megismerhetjük az eszközök helyes használatát, de saját edzéstervet is kidolgozhatunk. A szoftver a későbbiekben a park interaktív terminálján, sőt egy mobilalkalmazáson keresztül is elérhető lesz, és számos további lehetőséget is rejt majd magában. „Az egyedülálló rendszer először Győrben létesül, és reményeink szerint innen indul világhódító útjára.”

zászlórúd-húzódkodó, gyűrűk, mászókötelek szerepelnek. Az eszközök széles köre révén egyszerre akár ötven ember edzését is kiszolgálja a park, akik zsírégető, izomművelő, rehabilitációs jellegű és állóképesség-növelő feladatokat, valamint ezek kombinációit tudják végezni. Az edzésállomások alá csapadékatérsztó gumialjat kerül, így a felület az ízületeket is kíméli.

A mintegy 27 millió forintból megvalósuló, 14 éven felüliek által használható kültéri fitnessparkot a Barátság Parkon belül egy külön is elkerített területen alakítják ki. Az edzőpark kiépítése várhatóan három héten belül elkészül. Ebben az időszakban a gépek munkavégzése miatt időszakosan korlátozzák a futópályát, illetve minimális mértékben a külső parkolók használatát, ezért kéri a lakosság, illetve a parkot használók türelmét és megértését.

www.gogopiknik.hu

Go-go Piknik
Minutabolt

*Mindent egy helyen
egy jó disznóvágáshoz!*

**Ha Ön alkalmi böllér,
akkor akár bérelheti is eszközeinket:**
Teraszfűtő, dísznóperzselő,
abálóüst, daráló, húsos láda,
kolbásztöltő

Parasztkolbász fűszerkeverék Böllér  200g Br.: 945,- Ft	Sonkapác fűszerkeverék Böllér  300g Br.: 475,- Ft
Pirított zsemlekocka  500g Br.: 230,- Ft	Rizs „A” minőség  1Kg Br.: 325,- Ft
Disznósajt műbél  2m Br.: 649,- Ft	Sertés vékonybél  20m Br.: 589,- Ft
Savanyított káposzta  500g Br.: 159,- Ft	Pálinka Kárpátia barack, szilva, magyar törköly  0,5l Br.: 2550,- Ft

**9027 Győr,
Kandó Kálmán u. 1.
Tel.: +36 70/ 323-4006
Nyitva tartás:
hétfő-péntek: 6⁰⁰-17⁰⁰
szombat: 7⁰⁰-13⁰⁰**



Borkai Zsolt: Az önkormányzat érzi a problémát, nyitott és kész a cselekvésre

Győr bérlakások építésével segítené a cégek munkaerőigényének megoldását

SZERZŐ: KOLOSZÁR TAMÁS
FOTÓ: O. JAKÓCS PÉTER

Nagyon sok magyar város irigykedve tekint Győr munkaerő-piaci mutatóira. A probléma itt nem az, hogyan biztosítsanak munkát az embereknek, ellenkezőleg, több a meghirdetett állás, mint a szakember. Ez persze gond, hiszen gátolja a további fejlesztéseket. A győri vállalkozások munkaerőigényének megoldási lehetőségein az önkormányzat is dolgozik, e témában hívtott össze konferenciát az ipari park vezetőjével közösen Borkai Zsolt polgármester.

A konferencia résztvevőit Görög Tibor, a Győri Nemzetközi Ipari Park Kft. ügyvezető igazgatója köszöntötte, elmondta: aki napi szinten testközelből figyeli a vállalkozások működését, annak nyilvánvaló, mennyire fontos kérdés a szakképzett munkaerő biztosítása. A szakemberhiány akadályozza a vállalkozások fejlődését, gátja lehet az ipari park további bővítésének, végső soron ronthatja Győr versenyképességét. Ezért a parkot üzemeltető társaság mindent megtesz, hogy a probléma megoldására irányuló kezdeményezéseket felkarolja, a saját eszközeivel támogassa – erősítette meg az ügyvezető igazgató.

Érezzük a problémát, az önkormányzat nyitott és cselekvésre szánta el magát – jelentette ki a polgármester a vállalkozók előtt, egyúttal arra kérte őket, ahogy eddig is, közösen, együtt gondolkodva próbálják megtalálni a megoldásokat. Borkai Zsolt hangsúlyozta, számít a vállalkozások javaslataira, támogatására, mert ezt a problémát az önkormányzat egyedül nem tudja kezelni.

A város első embere felidézte, az önkormányzat korábban is felvállalta a bátor döntéseket, amikor átalakította a szakképzést és bevezette az ösztöndíjrendszert.

Pár héttel ezelőtt egyeztetéseket folytattunk a Nemzetgazdasági Minisztériumban, hogyan tudnánk Győrben a munkaerőhiányt enyhíteni – jelezte Borkai Zsolt, hogy gőzerővel dolgoznak a megoldáson, majd felvázolta a konkrét elképzeléseket.

Az önkormányzat a magyar állam segítségével 300 új bérlakás építését kezdené meg a közeljövőben. S bár a városban 4500 lakás van az önkormányzat tulajdonában, Debrecenben ez a szám a kétezret sem éri el, úgy tűnik, ez sem elégséges. Győrben a lakások sokkal magasabbak, mint a keleti országokban. Így hiába adja el valaki a lakását Kelet-Magyarországon, abból Győrben nem tud ingatlant venni. A felépítendő bérlakásokba olyan szakemberek költözhetnének, akik Győrben vállalnak munkát.

Borkai Zsolt úgy vélekedett, az egyetem kollégiumának bővítése ugyancsak jó hatással lenne a győri lakáshelyzetre, azok a hallgatók, akik most albérlésben laknak, kollégiumba kerülnének, s albérlések szabadulnának fel. Ahogy a bérlakásépítés, úgy a kollégiumbővítés is állami segítséget igényel.

A polgármester felvetette a munkásszállók építésének szükségességét. Azok, akik nem akarnak, vagy a drága ingatlanárak miatt nem tudnak Győrbe költözni, munkásszállón lagnának és hétvégére utaznának haza otthonukba. Ez azonban a cégek részvétele és szerepvállalása nélkül nem megy.

A vállalkozók felvetették, hogy komoly költségeket ró rájuk az, hogy Győr száz kilométeres körzetéből szállítják munkába a dolgozókat. A kisebb vagy nagyobb buszok egy része pár emberrel közlekedik. A felvetésre reagálva Borkai Zsolt arra kérte az ipari park ügyvezető igazgatóját, Görög Tibort, hogy dolgozzák ki a koordináció részleteit, a járatok összehangolásával az önkormányzat kész segíteni a cégeket, hogy munkatársaikat köl-

ségtakarékosan tudják eljuttatni a munkahelyekre.

A polgármester ígéretet tett arra, hogy az önkormányzat kész a Győrben dolgozók lakhatását támogatni, ha erre létrehozna egy alapot, akkor már a jövő évi költségvetésbe betervezik ennek forrását.

Várjuk a javaslataikat, nézzük meg, rakjuk össze közösen, miben tudna partner lenni az önkormányzat – fogalmazott Borkai Zsolt.

A konferencián Földesi Péter, a Széchenyi István Egyetem rektora azt hangsúlyozta, Győr munkaerőimportra szorul, ez azonban nem megy örökké. Szerinte a cégeknek a magasabb technikai fejlesztés felé kellene elmozdulnia, s nem a további élő munkaerő igénylő extenzív fejlesztés irányába.

Mikóczy Tamás, a Győr-Ménfőcsanak Megyei Ipari és Kereskedelmi Kamara társelnöke elmondta, a három-négy évvel ezelőtti kísérlet, hogy Kelet-Magyarországról hozzanak munkaerőt Győrbe, nem hozott sikert. 160 emberből mindössze húszan telepedtek le a városban.

Az egyik győri cég ötvenmilliárd forintos beruházása kerül veszélybe, ha nem lesz munkaerő a városban – fogalmazott.

Major Ernő, a megyei kormányhivatal foglalkoztatási főosztályvezetője azt emelte ki, hiába van pénz a képzésekre, ha nincs jelentkező. Szerinte a külföldre ment fiatalokat haza kellene csábítani, és a külföldre készülőköt itt-hon tartani, ami az állam, az önkormányzat és a munkaadók összefogásával sikerülhet. Földesi Péter ezt az-azal egészítette ki, fontos a pénz, de a fiatalok a jövőképet is igénylik.

Ezt erősítette meg az egyik szállítmányozási cég vezetője, aki a konferencián elmondta, ösztönző programot dolgoztak ki. Aki három évig dolgozik náluk, 3 millió, aki pedig öt évig, ötmillió forint visza nem térítendő támogatást kap, ami-óta ezt bevezették, nincs sofőrhiányuk.

Újraélesztési rekord született Győrben

SZERZŐ: ZOLJÁNSZKY ALEXANDRA
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Naponta 70 ember, évente pedig 25 ezren vesznek életüket hirtelen szívhalál miatt. Két mentős egy alapítvány segítségével „TEVAgy a Hős!” címmel országos kampányt indított, hogy minél többen megtanulják az egyszerű, ám életmentő technikát. Szerdán az Arany János Angol-Német Két Tanítási Nyelvű Általános Iskolában rekord született, közel 700 gyerek gyakorolta az újraélesztést.



A tornateremben gyűltek össze az iskola felső tagozatosai és a Krúdy-iskola néhány diákja, hogy egyszerű, felfújható strandlabdákkal

megtanulják, miként tudnak életet menteni. „Erre mindenki képes lehet” – hangsúlyozta a program egyik ötletgazdája, Klupács Péter mentő-technikus, aki 25 éve dolgozik az Országos Mentőszolgálatnál, így tapasztalatból tudja: a mindössze néhány lépésből álló módszer elsajátításával rengeteg embert meg lehetne menteni.

A szindrómát hirtelen keringéseállásnak nevezzük, mely Magyarországon naponta 70 ember életét követeli. Minden 30. percen meghal valaki kórházon kívül ebben a körképben. A betegek 20-30 százaléka nyilvános helyen

míg Németországban 1000 emberből 973 tud újraéleszteni, addig 1000 magyar közül összesen 17 ember tudja, hogy mitévő legyen ilyen vészhelyzetben.

Klupács Péter elmondta, ha azt látjuk, valaki összeesik, a legfontosabb, hogy bátrak legyünk, le kell küzdenünk a félelmünket. Az újraélesztésre már 5-6 évesen is képesek lehetnek a gyerekek, ő például találkozott olyan nyolcéves kislánnyal, aki újraélesztette az édesanyját.

„Csak jól lehet csinálni, hiszen a legfontosabb, hogy éljünk, a halálnál nem történhet rosszabb. Egy törött bordával még lehet élni, négy perc alatt azonban beáll az agyhalál, ezért vészhelyzet esetén nem szabad késlekedni” – hangsúlyozta és elmagyarázta, miután megállapítottuk, hogy nincs eszméleténél az illető, hajtuk hátra a fejét, hogy szabaddá váljanak a légutak. Néhány másodpercig figyeljük a mellkasát, hogy emelkedik-e, s ha nem lélegzik, akkor összekulcsolt kézzel percenként 100-at pumpálva a mellkason, azonnal kezdjük meg a szívmasszázszt, és ne hagyjuk abba a mentő kiérkezéséig. A helyes tempót több dalból is megtanulhatjuk, Klupács Péter a Kis-karácsony, nagykarácsony című dalt javasolta, illetve a Bee Gees Stayin alive című számát.

lesz rosszul, túlélési esélyeik ez esetben nem túl jók, hiszen újraélesztésükre az első tíz percen van a legnagyobb esély. Azonban

Európai megoldás kell a migránsválságra

A pénteki párizsi merényletek még súlyosabb aktualitást adnak utólag a vagyonvédelmi konferenciának, melyet a Gy-M-S Megyei Kereskedelmi és Iparkamarában tartott múlt csütörtökön a Vagyonvédelmi vezetők klubja. Az előadások központi témája a migráció volt, melyről többek között Nógrádi György biztonságpolitikai szakértő is szólt. Elmondta, több tízmillió ember indult már útnak Afrikából, valamint a Közel-Keletről, s ebből egymillió érte el Európát. Idáig főként a kö-

gyedik célterület Európa, amely képtelen védekezni, mert nincs egységes konszenzus menekültügyben. A védekezésnek két vetülete van – folytatta –, morális, hiszen az élethez mindenkinek joga van, illetve politikai, és ez a kettő alapvetően ütközik egymással. Amit le kell szögezni: Európa előbb vagy utóbb rákényszerül a védekezésre, mert sokkal nagyobb migránsáradat indul el, viszont ilyen mennyiségű embert képtelen fogadni. Hozzátette, európai megoldásra van szükség, de amíg ez nincs meg, nemzeti megoldások születnek. Magyarország az intézkedésben megelőzte az uniót, kaptunk hideget, meleget, ám azóta több országban is elismerik és alkalmazzák a magyar intézkedéseket. Nógrádi György hangsúlyozta azt is, Magyarország nem fog embereket fogadni, és egyre több olyan állam van, amely nem hajlandó a kvóta-rendszert alkalmazni.

Az Iszlám Államról elmondta, főként Irakban és Szíria északi részén van jelen, körülbelül egy Nagy-Britannia nagyságú területen, mintegy nyolcmillió alattvalóval. Céljuk egy kalifátus létrehozása, a világ terrorszervezeteinek maguk alá vonása és az, hogy ne legyen olyan ország, ahol nincs az Iszlám Államnak alvó sejtje.

Nincs konszenzus menekültügyben

zéprétegek jöttek, de tavasztól várhatóan a szegényebbek is elindulnak. A migránsoknak négy célterületük van: Ausztrália, amit haditengerészet véd, a gazdag arab országok, ahová szintén nem engedik be a migránsokat, az Amerikai Egyesült Államok, amit két óceán véd, a határát pedig fegyveres katonák. A ne-





Csillogó karácsonyt!

Ajándék BOSCH porszívó az új szerződések mellé

Kössön új szerződést internet-, kábeltévé- vagy telefon-előfizetésére, és otthona egész évben szikrázóan tiszta lesz.



A tájékoztatás nem teljes körű. Részletek a weboldalunkon.

vidonet.hu

ÖNNEK ÉPÜL a Holt-Marcal tó partján

Győrben, a Pápai út mentén, a Holt-Marcal tó mellett épülő **21 lakásos** társasházban, **örök panorámás** vízparti lakások eladók.

2016 év közepétől emelt szintű szerkezetkész állapotban átvehetők!

60 négyzetmétertől
113 négyzetméterig.



Hívjon
MOST!
+36 30
3488 888

www.ctpartner.hu

Az öngondoskodás adómentes befektetési formái (1. rész)

A legnépszerűbb befektetési formákról beszélgettünk Sej Attilával, az Arrabona Privátbankár Befektetési Kft. ügyvezetőjével. Kiderült, az év vége felé egyre népszerűbbek a TBSZ-számlák, azaz a Tartós Befektetési számlák. Ez az öngondoskodás egyik olyan formája, ahol adómentesen fektethetjük be pénzünket.

Mit érdemes tudni a TBSZ-számlákról?

A TBSZ-számla futamideje lehet 3, illetve 5 év, ehhez még hozzájön a nulla, vagy más néven gyűjtőév. A gyűjtőévet akár az év utolsó hónapjaiban is el lehet indítani, így szinte egy évvel korábban lehet megtakarításunk adómentes.

Ezen befektetési forma célja, hogy a hosszú távú megtakarítási hajlandóságunkat az állam kamatadó-kedvezményével ösztönözze. A TBSZ-számlán ugyanis három év után a szokásos 16 százalékos helyett 10 százalékos, 5 év után pedig 0% lesz az adóvonzata befektetéseinknek.

Ezekre a számlákra vehetünk különböző állampapírokat, befektetési alapokat, hazai és külföldi részvényeket, sőt

még devizapiaci ügyleteket is köthetünk. Nálunk az Arrabona Privátbankár Befektetési Kft.-nél közel 600 befektetési alap érhető el, köztük különböző ingatlan alapok, kötvényalapok és számtalan részvényalap. Ezek alapján könnyedén össze lehet állítani olyan portfóliókat, melyeken elérhetünk akár 8-10 százalékos hozamot is adómentesen.

Mi történik akkor, ha valakinek hamarabb szüksége lesz a pénzére? Milyen szankciókra lehet számítani?

Az ügyletet tulajdonképpen semmilyen hátrány nem éri. Amennyiben három éven belül bontja fel a TBSZ-számláját, akkor ugyanúgy adózik, mintha nem lett volna TBSZ-számlája, azaz 16 százalékkal. Ha három év után szünteti meg a számláját, akkor már csak 10 százalék lesz a kamatadó. (x)

APB **ERSTE**
Arrabona PrivátBankár Investment

9022 Győr, Széchenyi tér 7.
Tel.: 96/950-950
info@apprivatbankar.hu
www.apprivatbankar.hu

kima

Új digitális reklámszolgáltatás Győrött

Készülékeink garantálják a leghatékonyabb reklámot, amely megállítja és tájékoztatja vevőit.

- Egyszerre két reklámvideó az Ön igényei szerint, full HD minőségben
- Megjelenés 3 helyszínen, összesen 10 db Digitális Plakáton
- Minimum 50.000 megjelenés havonta

Vegye igénybe hirdetési felületeinket már havi:

46.700 Ft-tól



www.kisalfold.eu
+36 20/466-7000

Kihagyhatatlan NOVEMBERI AKCIÓ:

hétköznap este 8-tól 10-ig,
hétfőn 5-től este 10-ig minden ételre
10% KEDVEZTMÉNY!
(más akcióval nem vonható össze)

hamburgerek
döner 3 méretben
kövön sült pizza
saláták
dürüm
club szendvics

Háhozszállítás:
70/333-3334
Magyar utcai-Tihanyi Árpád úti körforgalomnál
www.magyardoner.hu

ERZSÉBET
UTALVÁNY
háhozszállításnál is elfogadjuk.

Győr első könyv emlékei

SZERZŐ: FÖLDVÁRI GABRIELLA
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Győr első könyv emlékeit, kódexeket, kéziratokat mutat be a Győri Egyházmegyei Kincstár és Könyvtár aktuális időszaki kiállítása. Kiss Tamás, az intézmény igazgatója



a megnyitón elmondta, Győrben maradtak fenn a könyvek legteljesebben a 17. századból, melyeket az egyházmegyei bibliotékában őriznek. Így részletesen lehet azt vizsgálni, mit olvastak annak idején egyházi körökben és kinek a tulajdonában voltak a kötetek. Ezekből a kutatásokból is ízelítőt kapnak a látogatók. Horváth József, a Dr. Kovács Pál Megyei Könyvtár és Közösségi Tér igazgató-

helyettese ajánlotta a tárlatot az érdeklődők figyelmébe, aki elmondta, másfél tucatnyi dokumentum reprezentálja Győr hét évszázados könyvkultúráját.

A tárlat érzékelteti az egyes korszakok legfontosabb változásait, azt, hogy a kézzel írott kódexet hogyan váltotta fel a nyomtatott könyv. Az is kiderül a tárlatot végignézve, hogy mit olvastak az egykoron itt élők. Láthatjuk a gyűjtemény legrégebbi kódextöredékét, a dokumentum a 11. század második feléből maradt fenn, pergamenre írt Missale-töredék, melyet feltehetően a Nyugat-Dunántúlon másoltak és Erasmus egyik 1524-ben megjelent munkájának kötet-táblájából került elő. A vitrinekben olyan érdekességeket is megnézhetünk, amelyek egykoron győri főpapok tulajdonában voltak. Nyéki Vörös Mátyás győri kanonok birtokában volt Ludovicus Granatensis teológus Flores című kötete 1588-ból, 1572-ből a Pontificale Romanum, mely később Fülei Tamás győri kanonok tulajdonába került.

Horváth József hangsúlyozta, a Győri Egyházmegyei Könyvtár több mint 130 ősnymtatványt őriz, tucatnyi kódexet, és számtalan régi magyarországi nyomtatványt, mellyel a gazdagabb gyűjtemények közé tartozik.

Freskóképek a naptárban

SZERZŐ: FÖLDVÁRI GABRIELLA

Jobbágyi Zsolt naptársorozatán középkori freskókat mutat be. Az első, 2012-es kalendárium-ban általános freskóképeket láthattunk, majd következtek a Szent Lászlót, a Szent Györgyöt ábrázoló kiadványok. A 2016-os naptárt a Szűz Mária-freskókról készített fotók díszítik.

Jobbágyi Zsolt több mint egy évtizede járja és fotózza az Árpád kori, középkori magyar templomokat, kiemelten érdeklik azok, amelyekben eredeti freskók, freskórészletek láthatók.

A szerző azt mondja, azért esett az idei választása Szűz Máriára, mert a magyarság Boldogasszony-tisztelete ősi gyökerű. Népünk hite szerint az ország Szűz Mária különleges oltalma alatt áll, védelmezője és egyben örökös királynője hazánkban. A naptárban több Köpenyes Mária-falkép található, hiszen a késő középkorban elterjedt volt a bűnbánó lelkeket óvó-védő módon köpönyege alá gyűjtő Mária ábrázolása.

A freskók a templomokban a hívők számára védelmező szerepet is betöltöttek. Jobbágyi Zsolt úgy látja, erre a

szakrális védelemre ma is szüksége van Magyarországnak, az egész keresztény világnak.

A falinaptár a Kárpát-medence, a történelmi Magyarország legszebb Mária-falképeiből válogat. A fotók zöme felvidéki templomokban készült, de van székelyföldi, őrségi, budapesti és soproni Szűz Mária-kép is a naptárban.

A borítókép izgalmas körülmények között készült. A felvidéki Necpál Szent László-templom padlásán található a jó állapotban megmaradt Fájdalmas Szűzanya freskója. Maga a templom sem látogatható, nemhogy a padlástér. Hosszas szervezést követően, a gondnok bebocsátást engedett a templomba, mivel azonban a padlásfeljáróhoz nem volt kulcsa, lefűrészelte a lakatot. A győri fiatalembernek így sikerült lefotóznia a XV. századi freskórészletet.

Jobbágyi Zsolt szerint a freskóknak üzenetük van, általában evangéliumi alakok, történetek jelennek meg rajtuk, de többet mondanak el, mint maga az írott szöveg. A töredékes alkotásokat nézve, az ember úgy érzi, a saját elképzelése, szerint kellene újjáteremtenie a freskót. Ezt a belső lelki folyamatot tapasztalhatja meg az, aki előben, vagy akár reprodukcióban megnézi a Szűz Mária-képeket.

V. előadás: a fúvós jazz

FEKETE KOVÁCS KORNÉL QUINTETT

NOVEMBER 28. 19⁰⁰

Egyetemi hangversenytér, volt győri Zsinagóga

Jegyár: 4900 Ft/db

Főtámogató: 



A Zene lelke Jazzagóga

VI. szemeszterzáró előadás.
Téma: a Gospel

A GOSPEL

Dwight Robson és a The Golden Voices of Gospel

DECEMBER 18. 19⁰⁰

Richter Terem

Belépő vásárolható: jegy.hu, Tourinform, Győr+ Pávilon. Kisalföld Pávilon (előfizetőknek kedvezménytel)

Jegyár: 7000 Ft/db és 7500 Ft/db

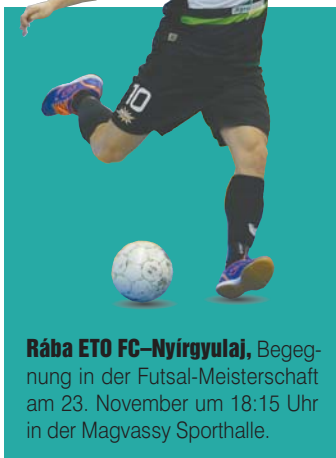
Audi
Hungaria

PROGRAMMANGEBOT | PROGRAMAJÁNLÓ

A rovatot Audi Hungaria Motor Kft. támogatja

Die von Edward Elgar 1896 komponierten Enigma Variationen – bis heute beliebte Orchesterwerke, sowie die „Pastorale“ – die 2. Symphonie von Brahms gibt es in einer Aufführung des Győri Philharmonieorchesters am 20. November um 19 Uhr im Richter Saal. (Aradi vértanúk u. 16.) zu hören. Es dirigiert: Michalis Economou.

Eine der anspruchsvoll schaffenden, anerkannt populären Gruppen der ungarischen Folkmusik, die Csik Band, geben am 12. Dezember im Molnár Vid Bildungszentrum ein Konzert. Einlass: 18 Uhr.



Rába ETO FC-Nyírgyulaj, Begegnung in der Futsal-Meisterschaft am 23. November um 18:15 Uhr in der Magvassy Sporthalle.

Das Garda-Benkő Duo gibt am 20. November um 20 Uhr wieder ein Konzert im Komédiás Színhely (Komédiás Étterem, Czuczor Gergely u. 30.)

Von 20–22. November finden in der Audi Arena die Ungarischen Turnmeisterschaften im Meistergrad statt.

Die Forrás Waldorfschule, die Hand-, Herz, und Kopfschule veranstaltet im VOKE Arany János Bildungszentrum (Révai u. 5.) die Ausstellung „Kalkulation“. Die Sammlung ist vom 20. November um 17 Uhr bis zum 3. Dezember zu sehen.

**Welt der Roboter –**

Technik der neuen Zeiten –
Spielerische Robotik –
ein ganztägiges Programm für
alle Interessierten am 21.
November von 10-18 Uhr im
Mobilis Interaktiv Ausstellungs-
zentrum (Vásárhelyi Pál u. 66.).
Die Novemberausgabe der
unterhaltsamen Wissenschafts-
veranstaltung zeigt, wie sich
die Welt der Spiele dank der
Errungenschaften der
Robotertechnik verändert hat.

Der taiwanesischen Organist Hsin-Ni Liu erwartet alle Interessierten am 20. November um 19 Uhr zu einem Beethoven- und Musorgskij Abend in der Synagoge (Kossuth Lajos u. 5.), dies in Organisation der Filharmónia Magyarország.






ROBOTOK VILÁGA ÚJ IDŐK TECHNIKÁJA – JÁTÉKOS ROBOTIKA

2015. NOVEMBER 21., 10-18 ÓRÁIG

10-18 ÓRÁIG:

- » LEGO Digital Designer
– LEGO robot építés virtuálisan
- » Játék a Mobilis távirányítós játékaival
– levegőben úszó cápa
– távirányítós kisautó

HOZD EL TE IS A TÁVIRÁNYÍTÁSOS JÁRMŰVEDET!



11, 13, 15 ÉS 17 ÓRAKOR
» Játékos robotika tanórák

12, 14 ÉS 16 ÓRAKOR
» Mobilis kísérleti bemutatók

14-18 ÓRÁIG
» LEGO robotok kipróbálása

15:30 ÓRAKOR
» LEGO robot bemutató
– a 2015. évi FLL Trash Trek pálya versenyző feladat teljesítése



mobilis
interaktív kiállítási központ

9026 Győr, Vásárhelyi Pál u. 66., az Egyetemi Csarnok mögött.
A részletes programok megtalálhatók honlapunkon és Facebook-oldalunkon:
www.mobilis-gyor.hu | www.facebook.com/mobilis.gyor

MOZGÁSBAN A TUDOMÁNY!

Legyen ünnepe!

DEMJEN

koncert

december 27. 20 óra

Győr | Audi Aréna

További információ és jegyrendelés: www.demjen.koncert.hu









VÉNY NÉLKÜL

Adás minden csütörtökön,
a Híradó után

Az előzőtt álom címmel Lukács Sándor önálló estjét láthatják az érdeklődők december 1-jén 19 órakor, a Menház Színházban. A versek között vallomások hangzanak el a gyerekkorról, a mesterekről, a színészi és a magánélet néhány meghatározó pillanatáról. December 10-én 19 órakor pedig Pogány Judit áll színpadra Varga István: Pedig én jó anya voltam című produkciójával. „Ahogyan önálló estjében alakítja az utolsó magyar halálrait édesanyját, az finoman szólva is: sokkoló.”



Edward Elgar 1896-ban komponált, az Enigma variációk máig népszerű zenekari művét és Brahms napfényben fürdő 2. szimfóniáját is hallhatják a Győri Filharmonikus Zenekar előadásában azok, akik ellátogatnak november 20-án 19 órakor a Richter Terembe. Vezényel: Michalis Economou.

Szivkova Mariann énekesnő ad koncertet a zsinagógában november 21-én 15 órakor az Orosz-Magyar Egyesület szervezésében akit zongorán Solymár-Melem Rita kísért. Bartók, Britten, Kodály és Rahmanyinov műveit hallgathatják meg. A belépés mindenki számára ingyenes.



KULTURÁLIS kínáló

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: FEHÉR ZSUZSANNA



Műhely-est – Versközelítés, avagy a versolvasás művészete címmel Balla Zsófia és Báthori Csaba költészeti szalonjába léphetnek be az érdeklődők november 19-én 17 órakor, a Zichy-palotában.

Folytatódik a „Több, mint 1 fröccs” című beszélgetéssorozat november 21-én 17 órai kezdettel a Hotel Konferencia éttermében. „A színház a második otthonom...” vallja az est vendége, Vincze Gábor Péter színművész, operaénekes.



A Garda-Benkő duó ad ismét koncertet november 20-án 20 órakor a Komédiás Színhelyen.

Adventi játszóház várja a kicsiket és nagyokat november 24-én 15–18 óra között a Pinnyédi Művelődési Házban.



A Selyemút csodái – Magyar felfedezők nyomán Közép-Ázsiában címmel dr. Gőgös Norbert geográfus, a Magyar Földrajzi Társaság expedíciós szakosztályi titkára tart előadást november 26-án 17.30 órakor, a Bezerédj-kastélyban.

A Forrás Waldorf Iskola, a kéz, a szív és a fej iskolája Számvetés címmel kiállítás rendez a VOKE Arany János Művelődési Központban. A tárlatot november 20-án 17 órától december 3-ig látogathatja a közönség.



A Győr-Szabadhegyi Református Gyülekezet várja a családokat a november végi hitmélítő alkalmaira, amelyet főtisztelendő Köntös László, a Dunántúli Református Egyházkerület püspök-helyettese tart: november 25–26–27-én 18 órakor, illetve november 29-én 9.30 órai kezdettel, a győr-szabadhegyi református templomban.

CSÍK ZENEKAR

Molnár Vid Bertalan Művelődési Központ

2015. december 12. 19 óra
kapunyitás 18 óra

rackajam

Jegyek kaphatók: Győri Látogatóközpont (Győr, Baross G. u. 21.) és a helyszínen.

Jegyárak:
I. kategória: 3500 Ft
II. kategória: 2800 Ft

www.mvbmh.hu
Földrajzi Iskolák Varga Zoltán igazgatója

Molnár Vid Bertalan Művelődési Központ

ERŐS MEDIA

Alyona Kuznetsova orosz képzőművész kiállítása nyílik november 20-án, pénteken 17 órakor a Múzeumházban. Az élet nem játék, az élet egy kollázs című tárlatot a művésznő „városok és érzelmek” témára készült kollázsait mutatja be. A december 4-ig látható tárlatot az Orosz-Magyar Egyesület szervezte.

Hsin-Ni Liu tajvani zongoraművész
Beethoven- és Muszorgszkij-estjére várják az érdeklődőket november 20-án 19 órai kezdettel a zsinagógában, a Filharmónia Magyarország szervezésében.



A programokról részletesen a győri Látogatóközpontban érdeklődhet (Baross G. út 21., 96/311-771, 336-817, gyor@tourinform.hu).
A Programajánlóba szánt híreket, meghívókat a kulturaliskinalo@gyorplusz.hu címre várjuk!

HŐSZIGETELÉS BELÜLRŐL

GYŐRSZIG | INGYENES felmérés: 30/921-8780 | **AKCIÓS** áraink: www.gyorszig.hu

MULTIPORRAL!



Csak belülről tudna hőszigetelni?



Gondot okoz Önnek a külső oldali hőszigetelés, mert műemléki épületben lakik, vagy a társasházukban nem mindenki támogatja az épület hőszigetelését? Esetleg családi házában a szomszéd felől nem tudja megoldani a külső hőszigetelést? Ilyen esetekben jó megoldás a MULTIPOR belső oldali hőszigetelés!

Míg a külső hőszigetelés szerepe, hogy védje a házat a téli lehűléstől, addig a belső oldali hőszigetelés inkább a jobb hőérzetet, télen a melegebb falfelületet és a helyiség gyorsabb felfűthetőségét segíti (nyáron pedig a falfelület belső oldali gyors átmelegedését gátolja). De a belső oldali hőszigetelésre csak néhány speciális anyag alkalmas anélkül, hogy rontaná az épület állagát és ne okozna erőteljes penészesedést! Ilyenek a Multipor ásványi alapanyagú hőszigetelő lapok, amelyek 60x50 cm felületű, 5 és 7,5 cm-es vastagságú, könnyű, jó hőszigetelő képességű, nem éghető, A1-es tűzállóságú, rendkívül jó páraáteresztő képességgel rendelkező, belső oldali hőszigetelő lapok. Használatuk növeli a falak felületi hőmérsékletét, ezzel csökkentve a páralecsapódás és a penész kialakulásának lehe-

tőségét. Nagy pórusú, nyitott cellás hőszigetelő anyagként képes a bentről kifelé haladó párákat felvenni, tárolni, majd azt visszapárologtatni a belső tér felé. Ez a páratartalom-szabályozó képesség biztosítja, hogy a fal belső oldala száraz és a penészesedés elkerüléséhez megfelelően magas hőmérsékletű legyen.

A hőszigetelendő falfelület előkészítése után, a belső oldali hőszigetelés gyorsan elkészíthető. A Multipor lapok nagy pontosságúak, könnyen alakíthatók, a saját jó páraáteresztő képességű, és nagy tapadó szilárdságú habarcsával könnyen felragasztható, lúgos közege miatt akadályozza a penészgombák elszaporodását. A végleges felületképzéshez (glettelés, festés) szintén páraáteresztő tulajdonságú anyagok használandók. Az így hőszigetelt helyiségek normál szellőztetést igényelnek.

A homlokzati falak hőszigetelésén túl, beépítetlen tetőtér esetén a mennyezet, és alulról a padlót hűtő pincefödémek hőszigetelésére is kiválóan alkalmas ez a megoldás.

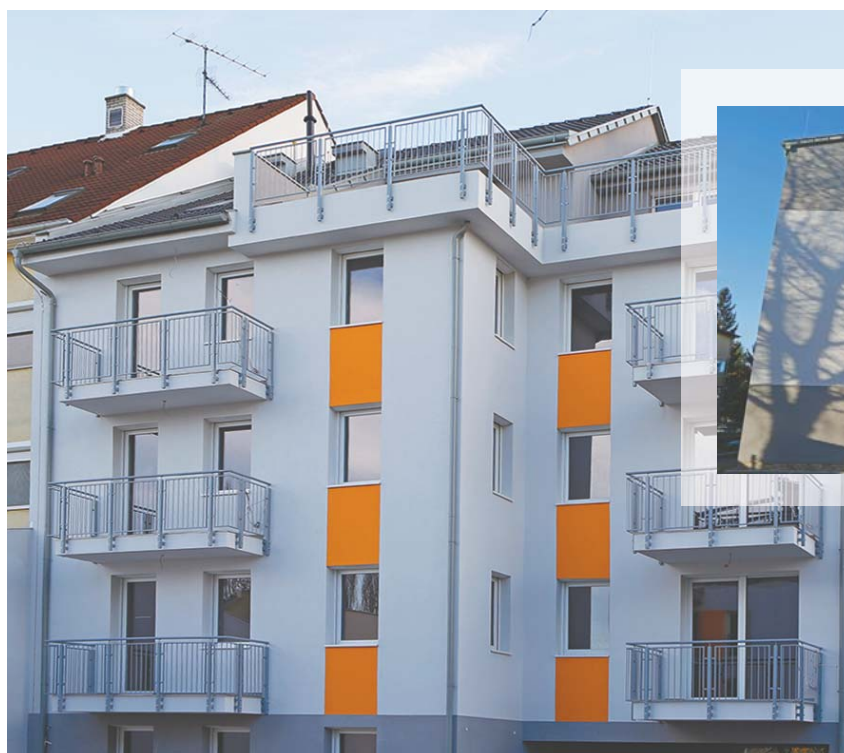
Jutasi Gábor
GYŐRSZIG

Nyugodt környezet, kényelmes otthonok – Révfalu

Győr-Révfalu egyik legkedveltebb utcájában, az Ady Endre utca 67. szám alatt lévő 28 lakásos társasház kivitelezése a végéhez közeledik. Viszont néhány lakás még az új tulajdonosára vár. Akár már az idei év végén vagy a jövő év elején költözhetnek be az új lakók, akiket csendes, nyugodt környezet és igényesen kivitelezett lakások várnak.

Az A épületben összesen 16, a B épületben pedig 12 lakást alakítottak ki. Előbbi ötszintes, utóbbi négyszintes. Mindkét épületben lift gondoskodik a lakók kényelméről. A legkisebb el nem adott lakás mérete 63 négyzetméteres, a legnagyobb 114 négyzetméter. A lakásokat alapvetően fűtőkész állapotban értékesítik, de igény esetén kulcsrakész kivitelezést is vállalnak.

A záró szinten kialakított, nagy teraszos penthouse lakás várja, hogy befejezzék. Képzelje el, hogy hazaér, beszáll a liftbe, megnyomja a legfelső szint gombját, és ahogy kiszáll, más lakóval nem is találkozik. Az egész szint az Öné lehet. A lakás nettó 114 négyzetmé-



ter, amihez két csodálatos panorámával rendelkező, remekül használható, közel 60 négyzetméteres (15 nm és 43 nm) tetőtér tartozik. Akár kétgyermekes

családoknak is ideális, jelenlegi belső válaszfalai korlátozottan, de még változtathatóak. Minden lakáshoz tartozik terasz is, az A épülethez pedig három garázs. A

leendő lakók a két épület közötti, földfelszíni parkolóban helyezhetik el járműveiket.

A lakások téglalapírtásúak, egyedi gázmérővel szerelték, szigetelésükhöz a legkorszerűbb anyagokat használják fel. Az ablakok több rétegű műanyagból készültek, ez biztosítja a kiváló hő- és hangszigetelést.

A jelenleg eladó lakásokról további részletes és bővebb információt talál a www.ady67.hu internetes portálon, vagy hívja a 06-30/884-1255-ös telefonszámot, ahol munkatársaink készséggel adnak felvilágosítást.

A 2016-ban érkező 30 kWh-s LEAF hatótávolsága 250 km

A Nissan ismét forradalmasítja az elektromos autózást



A Nissan ismét forradalmasítja az e-mobilitást az elektromos autók teljesítményének, praktikumának és pozitív megítélésének magasabb szintre emelésével. Az új 30 kWh-s LEAF hatótávolsága 250 km, mely minden szegmensbeli versenytársánál jobb.

Ezt a kiemelkedő eredményt – amely a lehetőségek új világát tárja fel az elektromos autók vezetői számára – az új, 30 kWh-s akkumulátor bevezetésével sikerült elérni. A modellfrissítés legfontosabb újdonsága az új akkumulátor, melynek köszönhetően a világon eddig is a legjobb ár-érték aránnyal bíró, legjobban használható és leghatékonyabb elektromos autó, a LEAF 2016-tól még többet nyújt. A számos formai, technikai és mérnöki újítás mellett megnövelt hatótávolságával a LEAF így még több ember számára válhat vonzóvá. A 30kWh-s modell több millió autós számára a belső égésű motorral szerelt autók valódi alternatíváját kínálja, ezzel tovább erősítve első helyét az elektromosautó-piacon.

Paul Willcox, a Nissan Europe elnöke az új típussal kapcsolatban úgy fogalmazott, a világ legnagyobb példányszámban eladott, 100%-ban elektromos autója, a LEAF most még jobb lett. Az akár 250 km-es hatótáv több ezer olyan európai sofőr számára nyitja meg az elektromos autózás kapuit, akik eddig nem voltak teljesen biztosak benne, hogy jó választás volna számukra egy elektromos autó. A hatótáv növekedésének köszönhetően, a LEAF megvásárlása sokkal több autós számára lesz magától értetődő, egyszerű döntés – szögezte le.

Új akkumulátor és új technológia

A LEAF új, 30 kWh-s akkumulátora kompromisszumok nélkül biztosít nagyobb hatótávolságot. Az Acenta és Tekna felszereltséggel elérhető frissített modell külső méretei pontosan megegyeznek a korábbi, 24 kWh-s kapacitású változatával, csupán az autó tömege növekedett némileg, 21 kg-mal. És az eredmény? A korábbi változatok praktikumát és használhatóságát kínáló autó, amely mégis jóval nagyobb távolság megtételére képes.

Az új akkumulátor megnövelt kapacitásában kulcsszerepet játszanak az

annak belső felépítését és kémiai jellemzőit érintő fejlesztések. A nagy kapacitású katód használata és az akkumulátor-cellák elrendezésének optimalizálása tovább növelik a teljesítményt. A Nissan rendkívül magabiztos az új akkumulátor teljesítményét és megbízhatóságát illetően, így annak kapacitására nyolcéves vagy 160.000 km-re szóló garanciát vállal.

Az akkumulátor feltöltése továbbra is

CarWings rendszeren keresztül tulajdonosa távolról kapcsolódhat hozzá és vezérelheti. A töltési állapot ellenőrzésétől a hideg téli reggeleken az utastér indulás előtti felfűtésig a LEAF tulajdonosainak életét világszerte könnyebbé teszi ez az okostelefonnal vezérelhető telematikai szolgáltatás. A CarWings nemcsak a kényelmet szolgálja, hanem a hatótávolságot is növeli az

volt képes megjeleníteni, az új rendszer azonban már azt is megmutatja, hogy mely töltőpontok szabadok, illetve melyeket használnak éppen. Az új generációs NissanConnect EV az információs és szórakoztató rendszerrel való tökéletes integráció mellett teljesen átdolgozott navigációs rendszerre, karbantartási figyelmeztetésekkel és autókereső szolgáltatással is várja az új autótulajdonosokat.



olyan egyszerű és stresszmentes, mint a 24 kWh-s verzió esetén. Akárcsak a LEAF jelenlegi változatánál, az ügyfelek feltölthetik autójukat otthonukban, a nyilvános töltőpontoknál, valamint a gyorsan bővülő európai villámtöltő-hálózat (3 fázisú, 400 V-os) töltőpontjain is. A megnövekedett akkumulátorkapacitás ellenére a villámtöltés továbbra is mindössze 30 percet vesz igénybe, ezen idő alatt a 24 kWh-s modellhez hasonlóan, 80%-os töltöttségi szint érhető el.

Új információs technológia

A LEAF egyik leghasznosabb és legjobbnak tartott funkciója, hogy a

utastér előzetes, töltőáramról történő felfűtésével vagy lehűtésével.

A 30 kWh-s LEAF jelentős előrelépést hoz e téren is. A korábbi CarWings szolgáltatást a frissített modellben az új NissanConnect EV rendszer váltja fel. Az új rendszer megőrzi az előd összes kedvelt elemét, és azokat olyan újdonságokkal egészíti ki, mint az egyszerűbb aktiválási folyamat és az új dizájn.

Az új NissanConnect EV rendszer egyik fontos újdonsága az új töltőtérkép, amely valós idejű információkat nyújt a töltőkről és azok állapotáról. A korábbi rendszer csak a töltők helyét

A világ kedvenc elektromos autója

A 30 kWh-s LEAF külső megjelenésén is végrehajtottak számos kisebb módosítást, így például új tetőantennát, átdolgozott első és hátsó lámpatesteket, valamint kerékemlé-mákat kapott, továbbá bemutatkozik az új bronz karosszériaszín is. Az autó továbbra is az Egyesült Királyságban, a Nissan sunderlandi üzemében készül, az európai forgalmazás pedig 2016 januárjában kezdődik. Az árakat és a különböző országokban érvényes adatokat a gyártó hamarosan közzéteszi.

Harangvölgyi fiatalító intézet Győrben is. Egy hely, ahol tudják, mi kell neked...

A törődés a legjobb recept a szépségiparban

Sokáig nem tudtuk, hogy mi történik a Bajcsy Zsili-
szky út 24. sz. alatt, ahol jó ideje folytak a munká-
latok, de most már mindenki számára világos, hogy a
külföldön régóta elismert azonban magyar kézben lévő
Harangvölgyi Klinika Győr városában is jelen van. Ren-



geteg impulzus ér bennünket a szépségiparral kapcsola-
tatban. Jobbnál jobb, híresebbnél híresebb és nagy
szavakat puffogtató világcégek kommunikálják felénk,
hogy mindenképpen az ő termékeiket kell választani,
mert az a legjobb és azokkal lehet a legjobb eredmé-

nyeket elérni. Azt persze senki sem vitatja, hogy ezek
a termékek nem jók, de arra már nagyon kevés ember
veszi rá magát, hogy utánanézzon, pontosan milyen
krém is kerül az arcára, mit tartalmaznak azok és, hogy
valóban a mi arcunknak való-e? Gondoljunk csak
bele, hogy amikor bemegyünk egy boltba és kiválaszt-
unk egy terméket, amire rá van írva, hogy ilyen-olyan
arcbőrre, akkor mi magunk el tudjuk dönteni, hogy az
tényleg nekünk való-e vagy sem... Mi magunk nem va-
gyunk profi kozmetikusok és bőrgyógyászok sem. A
Harangvölgyi Klinika messze nem ilyen. Sohasem az
volt előtérben, hogy mindenki ezt a krémet használja
és persze az sem, hogy kötelező bejönni és kipróbálni
a sok éven át kifejlesztett kezeléseket, de az már na-
gyon érdekes mutató – és ezek a szimpla tények –,
hogy, aki egyszer bejön és megtapasztalja azt a törődést
és profizmust, ami egy ilyen klinikában zajlik, az utána
„függő” lesz. Az árak valóban nem a legolcsóbbak közé
tartoznak, de tegyük fel magunknak a nagy kérdést,
hogy mitől nő egy nő? Ha néhány kezelés után a társa-
ságunkban lévő emberek furcsán néznek ránk és nem
értik, hogy mitől vagyunk ennyire kivirulva és, hogy miért
vagyunk ennyire magabiztosak, akkor majd rájövünk ar-
ra, hogy igen, megérte. Ez az, amit vártam attól, hogy
foglalkoznak velem és, hogy végre megfelelő ered-
ményt kapjak. A visszajelzés, ami számít. Az üzlet direkt



nem sorolja fel hosszasan, hogy milyen kezelések, ter-
mékek és szolgáltatások érhetőek el náluk. Ők minden-
kinek egyedi megoldásokat javasolnak, hiszen minden-
kinek más a bőre és mindenkinek másra van szüksége.
Most ráadásul promóciókkal csábítanak minket arra,
hogy felemeljük a telefont és bejelentkezzünk. (x)

**Ha valaki azonban többet szeretne tudni, akkor
gyor.harangvolgyi.hu. A konzultáció ingyenes.
Bejelentkezés: gyor@harangvolgyi.hu vagy
+36-30/716-6820**

A TELEKOM BEMUTATJA

ÁKOS
MÉG EGYSZER
LEMEZBEMUTATÓ KONCERT

EXTRA DÁTUM:
DECEMBER 16.

DECEMBER 17.
BUDAPEST ARÉNA

Jegyek a www.akos.hu webáruházában
és az Eventim hálózataiban!

Számítástechnikai partner a **hardverker** www.hardverker.hu. Ákos a **SAXOOLONDON** és az **ADIDAS** öltözteti.

T...Systems • Roland • Class PA • MetiVálasz • SAMSUNG 360 EXPERIENCE TEAMWORK ÁKOS • adidas

MEGHÍVÓ

A „HÍD A JÖVŐBE” Alapítvány
tisztelttel meghívja Önt és kedves családját
A NYÚLI MÁRTON LAKÓOTTHON
javára rendezett

ADVENTI JÓTÉKONYSÁGI KONCERT-re



Ideje: 2015. december 11. (péntek) 18.00 óra
Helyszín: Győr-Ménfőcsanak – Szent Kereszt templom
Köszöntőt mond: dr. Fekete Gáborné –
„Híd a Jövőbe” Alapítvány koordinátora

Fellépő művészek: **KEGYE JÁNOS** pánsípművész, valamint
VÁSÁRY ANDRÁS szopránénekes

A részvételhez előzetes regisztráció szükséges, amit a 06-30/937-2645 mobil-
számon tehetnek meg. A részvételi jegyek a koncert kezdete előtt fél órával
vehetőek át a templom bejáratánál.

A lakóotthon fenntartását célzó adományait a koncert helyszínén, ill. a
10918001-00000018-64380000 bankszámlaszámon fogadjuk. Mindemellett a
lakók által készített kézműves termékek megvásárlásával is támogathatják az otthont.

Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

VÉNY élkül

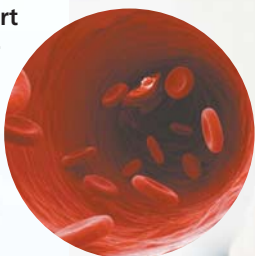


Szerkeszti:
Dr. Dézsiné Szentés Veronika



A vérszegénységről

A vér oxigénszállító sejtje a vörösvérsejt. Az oxigén megkötéséért a sejt felszínén elhelyezkedő fehérje, a hemoglobin a felelős. Ha a vörösvértestek, vagy a hemoglobin száma egy bizonyos határ alá csökken, vérszegénységről, más néven anémiáról beszélünk.



A vérszegénység tünetei

A vérszegénység leggyakoribb tünete a bőr, illetve a kötőhártya halványsága, sápadtsága. Az anémia klasszikus tünetei közé tartozik még a beteg fáradékonyága, fázékonysága, gyengesége, csökkent teljesítőképessége, ingerlékenysége. A koncentráló képesség általában romlik, álmatlanság, fülzúgás, látási zavarok, szédülés, fejfájás, ájulásérzés jelentkezhet. Gyakran fájdalmasan berepedezik a szájug, nehezen gyógyuló seb alakul ki. Súlyosabb vérszegénységre utal a kisebb munkavégzést követő, esetleg már nyugalomban is jelentkező fulladás, nehézlégzés, mellkasi panasz, szapora szívverés. Előfordulhat hőemelkedés, illetve láz is. Ritka, de igen súlyos tünet a lép megnagyobbodása, melyre a bal bordaív alatti feszítő érzés, nyomásérzékenység hívhatja fel a figyelmet.

Vashiányos vérszegénység

A törékeny, lapos köröm, hajhullás, száraz, viszkető bőr, a nyelv égő érzése, a nyelés közben jelentkező fájdalom elsősorban a vashiányos formára jellemző. A vashiányos vérszegénység teszi ki az esetek nyolcvan százalékát. A vashiányos anémiában szenvedők 80 százalé-



ka nő, ugyanis esetükben fokozott a vas-szükséglet a menstruációs vérvesztés, a terhességek, illetve a szoptatási időszakok miatt. Az átlagosnál nagyobb vasigény lép fel gyermek- és serdülőkorban, sportolók és műve-se-kezelték esetében is. A vas mind az állati, mind a növényi eredetű táplálékokban megtalálható, azonban az állati eredetű vas jobban, gyorsabban hasznosítható. Amennyiben a bevitt tápanyag nem tartalmaz kellő mennyiségben vasat (vegetáriánus életmód, egyoldalú táplálkozás), vagy ha a gyomor-bélrendszerben felszívódási zavar van, szintén vashiányos vérszegénység alakulhat ki.

A vérszegénység okai

A betegség létrejöhet a vörösvértestek csökkent képződése, vagy fokozott pusztulása, megrövidült élettartama, valamint vérvesztés miatt. A csökkent képződés lehetséges okai közül leggyakrabban a vashiányos forma fordul elő, de ok lehet még

B12 vitamin-, vagy folsavhiány is. Csökkent képződéssel kell még számolni vesebetegek, májbeteg, szívinfarktuson átesettek, daganatos betegségben szenvedők esetében is, valamint nagyobb műtétek utáni időszakokban.

A vérszegénység megelőzése

A kórkép kialakulását elsődlegesen úgy tudjuk megelőzni, ha az azt kiváltó egyéb betegségeket időben kezeljük. A vasbevitel az étrenddel jelentősen befolyásolható, emiatt pedig nagyon fontos a teljes értékű, húst, halat, felvágottat, tojást, tejet, zöldséget és gyümölcsöt is tartalmazó étrend. Ez utóbbiakra azért kell figyelni, mert a sok vasat tartalmazó élelmiszerek mellett bizonyos ételek segítik, mások gátolják a vas felszívódását. Segíti a vas felszívódását, ha elegendő C-vitamint és folsavat fogyasztunk. Hasonló hatása van a gyümölcsökben lévő fruktóznak is. A lényeg tehát az, hogy változatosan és tartalmasan étkezzünk.

RÖVIDEN

Mire jó az aszpirin?

Az aszpirin eredetileg fájdalomcsillapítónak került a piacra 1897-ben. Az 1980-as években kiderült, hogy infarktus és agyvérzés elleni megelőzésként is hatásos, és felismerték, hogy a rák ellen is védelmet nyújthat. A gyomor-bélrendszeri rák diagnosztizálása után alacsony dózisú aszpirin rendszeres adagolásával nő a túlélés esélye. A tudósok szerint az aszpirin rák elleni pozitív hatásának hátterében a vérlemezke gátló hatása áll. A feltételezések szerint a keringő daganatsejtek az őket körülvevő vérlemezkések rejtekében játsszák ki az immunvédelmet. Az aszpirin gátolja a vérlemezkéket, így megakadályozza azt is, hogy a daganatsejtek elbújjanak az immunrendszer elől.

Az alvásmegvonás hatása a szervezetre



Egy nő kipróbálta, hogy mi történik, ha napi 8 óra helyett csak 6 órát alszik egy héten át. Először a figyelemzavar, az állandó éhség és az ügyetlenségén vette észre a különbséget, majd két nap után már arcbőréen is jelentkeztek az alváshiány mellékhatásai: a szemek körüli ráncok elmélyültek, tekintete megviselt lett, a bőre drasztikusan veszített ruganyosságából. A figyelemhiányt is vizsgálták, kiderült, hogy a csökkenő mentális és fizikai kapacitás és az alváshiány között szoros kapcsolat van: akár 60 százalékkal csökkenhet a problémamegoldó képesség, és 40 százalékkal a memóriakapacitás, ha nem alszunk eleget.

ENDOMEDIX

DIAGNOSZTIKAI KÖZPONTOK

**FELNŐTT ÉS GYERMEK GASZTROENTEROLÓGIA:
TAPASZTALT SZAKORVOSOK, KORSZERŰ VIZSGÁLATOK**

DR. PÉCSI GYULA



DR. TÓTH LAJOS



DR. SZABÓ ANDREA



DR. KOVÁCS MÁRTA

GYOMOR- ÉS VASTAGBÉLTÜKRÖZÉS ALTATÁSBAN IS

Az ENDOMEDIX győri szakorvosi központjában a tükrözéses vizsgálatoknál rövid, kíméletes altatást biztosítunk. Pácienseink semmilyen fájdalmat, kellemetlenséget nem érzékelnek.

ÉTELINTOLERANCIA VIZSGÁLAT TÖBB MINT 220 ÉTELRE

Hasfájás, puffadás, hasmenés, székrekedés, ekcéma, pattanásosság, fejfájás, étvágytalanság, koncentrációzavar is lehet a tünete gyerekeknek és felnőtteknek is az ételintoleranciának. Ez nem egyenlő az ételallergiával! Sokan éveken át küszködnek panaszaikkal, sok gyógyszert beszednek, de nem gondolnak az ételintoleranciára.

Az ENDOMEDIX győri központjának laboratóriumi vizsgálata több mint 220 ételről (tejtermékek, gabonák, húsok, zöldségek, gyümölcsök, fűszerek) ad képet, a kiszűrt alapanyagok elhagyásával az ételintolerancia tünetei gyógyszerek nélkül elmúlhatnak.

LABORVIZSGÁLATOK VÁRAKOZÁS ÉS VÁRÓLISTA NÉLKÜL

Az ENDOMEDIX győri szakorvosi központjában a laborvizsgálatok napokon belül elérhetők. Nincs tülekedés, pácienseinket a vérvételre is időpontra hívjuk.

GYŐR, Bem József tér 14/B
www.endomedix.hu

0630-642-2333 / 0620-436-7664

munkanapokon 10-14 és 17-18 óra között

MINDENKINEK! MINDENKINEK! Úszás: erő, egészség, edzettség

**AZ UTOLSÓ ŐSZI ÚSZÁSOKTATÁS
A VIDRA ÚSZÓISKOLÁBAN!**

Óvodások, gyermekek, diákok, felnőttek!

ELSŐ
alkalommal
mindenki a
VENDÉGÜNK!

Aqua Uszoda

Hétfő, kedd, csütörtök, péntek
15–16 óraig.

Sátoros Uszoda

Hétfő, szerda, péntek 16, 17 óra és 18 óra.
Felnőtt oktatás: hétfő, szerda, péntek
19–20 óraig.

Magyar Vilmos Uszoda

Kedd, csütörtök 16 és 17 óra.

Móra Uszoda

Hétfőtől péntekig 17 és 18 óra.

Azonnali lehetőségek!
Érdeklődés, jelentkezés: +36-30/272-2064 • +36-70/947-9409
www.vidrauszokola.hu



AZ ÚSZÁS ÉLETRE SZÓLÓ, BOLDOGÍTÓ, GYÓGYÍTÓ SZÓRAKOZÁS.

A HÓNAP ORVOSI TÉMÁJA**Az emésztőszervek daga**

Szerző:

Dr. Pécsi Gyula

belgyógyász-
gasztroenterológus
osztályvezető főorvos

A gasztroenterológia az emésztésben részt vevő szervek betegségeivel foglalkozó orvostudomány. Az emésztőszervek daganatos betegségei okozta halálozás évről évre nő. Ez azért is szomorú, mert szűrő vizsgálatokkal a legtöbb eset megelőzhető lenne. Alapfeltétel a korai diagnózis.

A nyelőcsőrák

A nyelőcsőráknak laphámából és mirigyhámából kiinduló formái ismertek. Ha-

JÓ TUDNI**A gyomorrák kialakulása**

Férfiakban kétszer gyakoribb a gyomorkarcinoma. Gyakran jelentkezik A vércsoportúakban. Környezeti tényezők, mint a Helicobacter pylori és a diéta hiánya a legfontosabb oki tényezők, de genetikai és immunológiai faktorok is befolyásolják a gyomorrák kialakulását. Helicobacter pylori okozta krónikus gyomornyálkahártya-gyulladás indítja el a folyamatot. Jelentős sóbevitel, tartósított élelmiszerek fogyasztása fokozhatja a gyulladást. Helicobacter pylori-fertőzés mellett genetikai faktorok is befolyásolják a gyomorrák kialakulását.



zánkban 100.000 lakosra 5-6 nyelőcső-laphámrák megbetegedés esik. Férfiaknál 5-10-szer gyakrabban fordul elő, mint nőknél. Pontos oka nem ismert. Kialakulásában a fő patogenetikai faktor a krónikus irritáció, így az alkoholfogyasztás, a dohányzás, a nitrozamin tartalmú ételek, vagy ivóvíz fogyasztása. Rizikócsoporthoz tartoznak azok, akik savat vagy lúgot ivott betegségek köre, akikben krónikus székületek alakulnak ki. Külön csoportba soroljuk a mirigyhámából kiinduló nyelőcsőrák-féleséget, ami az esetek többségében a reflux-betegségek következtében kialakuló Barrett-nyelőcső talaján alakul

ki. (A Barrett-nyelőcső a nyelőcső felületi szöveteinek elváltozását jelenti: a hosszú ideig tartó reflux-betegség miatt a nyelőcső alsó szakaszának sejtei lassan átalakulnak, megvastagodnak.) Erre az elhízás hajlamosíthat.

A nyelőcsőrák tünetei

A legjellemzőbb és a leggyakoribb tünet a nyelési zavar, ami csak akkor jelentkezik, ha a daganat a nyelőcső területének 2/3-át elfoglalta. Az esetek felében fogyás, mellkasi fájdalom is társulhat a nyelési zavarhoz, ritkábban regurgitáció érzés, mellkasi égés, csuklás, rekedtség,

Daganatos betegségei



köhögés, esetleg vérzés lehet a jellegzetes tünet. A nyelőcsődaganat, az azt megelőző állapotok diagnosztizálása endoszkópiával lehetséges elsősorban.

A nyelőcsőrák szűrése

Lehetőségét jelenleg a nyelőcső és a gyomor tükrözéses vizsgálata, gasztroszkópia nyújtja. Kiben kell rendszeres szűrést végeznünk? Elsősorban a fokozott rizikó-csoportba tartozó betegekben. Közülük gyakoriságuk miatt a Barrett-nyelőcsőben szenvedő betegek csoportját kell kiemelni. A szűrő endoszkópiák gyakoriságát, szakmai protokollok szerint, a megfelelő gasztroenterológus szakorvos határozza meg.

A gyomorrák

A gyomorrák előfordulása a II. világháború vége óta fokozatosan csökken, de ennek ellenére jelenleg még a 4. leggyakoribb daganat és tumoros halálok. Magyarországon előfordulása évente 2800-3000 közötti. Az étrend nagyban befolyásolja a gyomorkarcinoma rizikóját. Sóban gazdag étrend kétszeresére növeli, míg friss gyümölcsök, zöldségek rendszeres fogyasztása az antioxidáns-tartalmuk révén akár 50%-kal csökkentheti a gyomorrák kialakulásának kockázatát. Tartósított élelmiszerek (sózás, füstölés) fogyasztása, magas só-, nitrát- és nitrozamin-tartalom mi-

att szintén fokozza a gyomorrák rizikóját. A dohányzás kétszeresére fokozza a rizikót, míg az alkoholfogyasztás önmagában nem jelez önálló rizikótényezőt. Az elhízás a gyomorszáj területén kialakuló gyomorrákok rizikótényezője lehet. A gyomorfe-kély jelenléte a gyomorrák kialakulásának rizikóját kétszeresére emeli.

A gyomorrák tünetei

A gyomorrák korai stádiumában a betegek tünetmentesek, vagy a jelentkező tünetek nem specifikusak. Ezért a betegség rendszerint csak előrehaladott stádiumban kerül kimutatásra, amikor a kezelési lehetőségek már behatároltak. Leggyakoribb panasz az étvágytalanság, a húsundor, az ételundor, a beteg izlésének megváltozása. A beteg a korábbi kedvenc ételeit sem kívánja elfogyasztani. Jellegzetes tünet lehet az étkezés után jelentkező hányinger, hányás, korai teltségérzés, a fekélyszerű fájdalom. A gyomorszáj területén jelentkező rákos betegségek nyelési zavarhoz, a gyomorkimenetet szűkítő gyomorrákok gyomorürülési zavarhoz vezethetnek. Gyomordaganat szűrése elsősorban a fokozott rizikó-csoportba tartozó egyéneknek van szüksége, gastroenterológus által meghatározott módon és frekvenciával. A szűrés módszerét a gasztroszkópia adja.

Szervezetünk védelméért



Magnézium

Magnéziumhiány esetén izomgörcsök, ingerlékenység, álmatlanság alakulhat ki. Romlik a koncentrációképesség. Fejfájás, szédülés léphet fel, izomgyengeség, émelygés és végtagzsibbadás jelentkezhet. gyakoriak lehetnek a kellemetlen, erőteljes szívdobbanások, szívritmuszavarok.

Q10 koenzim

A Q10 nélkülözhetetlen a sejtek energiatermeléséhez! Azok a betegek, akik a vér koleszterinszintjét csökkentő úgynevezett „sztatin” készítményeket szednek, gyakran panaszkodnak izomfájdalmakra és egyéb kellemetlenségekre. Ezek egy része abból ered, hogy a sztatinok blokkolják a szervezetben a Q10 szintézist, csökkentik a májban történő Q10 termelődést.

E-vitamin

Segít semlegesíteni a szervezetben felgyülemlett káros hatású szabad gyököket, amik felelősek lehetnek egyes daganatok kialakulásáért, gyorsítják a sejtek öregedését és gyengítik az immunrendszerünket.

B6-vitamin

A B6-vitamin koenzimként több, mint hatvan enzimrendszerben működik közre. Hatása a szellemi intenzitás és a koncentrációképesség javulásában nyilvánulhat meg. Kedvező lehet szív- és érrendszeri megbetegedések, szélütés, premenstruációs tünetegyüttes, depresszió, és álmatlanság esetén. A B6-vitamin csökkentheti a kéz ujjainak zsibbadásával járó alagútszindróma tüneteit és hatékonyan csökkenti a hányingert még migrénes fejfájás, terhességi hányás és műtét utáni hányinger esetében is.



NÉGY ORVOSGENERÁCIÓ TAPASZTALATA ALAPJÁN!

- 4 hatóanyag 1 tablettában
- Magnézium + Koenzim Q10 + E-vitamin + B6-vitamin
- Fontos a szívnek az agynak és az izmoknak!
- Koleszterinszint-csökkentő (sztatin) tablettát szedőknek kifejezetten ajánlott

PRÉMIUM MINŐSÉG ELÉREHTŐ ÁRON!



Keresse a gyógyszertárakban vagy rendelje meg ingyenes házhoz szállítással a www-drdezsi.hu webáruházban.



ARCÉLEK A KÓRHÁZBÓL

Prof. Dr. Rác István,
egyetemi tanár, belgyógyász főorvos



Nekem ezt a pályát jelölte ki a sors

Aki nem tud jól táncolni, az szerintem epét sem tud jól tükrözni – ezt nem tudományos megfigyelésnek szánta a gastroenterológiai endoszkópia Európa-szerte elismert, megbecsült klinikusa, kutatója, professor Rác István. Csupán arra hívta fel a figyelmet a győri Petz Aladár kórház főigazgató főorvosának tudományos helyettese, hogy a ritmusérzék elengedhetetlen ebben a munkában. Aztán

ritmusérzék, a megfelelő pillanat kihasználása nélkül nem fog az ember halat. Így van ez a béltükrözéssel is. Mi egy mozgó szervet vizsgálunk, folyamatosan figyelünk, nem bukkan-e föl egy-egy gyanús polip, amiből később rák is kialakulhat, s ha észrevesszük, azonnal tetten kell érünk, elcsípnünk, szakszerűen kiemelünk a helyéről, hogy később ne okozhasson bajt a betegnek.

A statisztikák szerint a bélpolipok 10 százalékából rákos elváltozás alakul ki. Igen ám, de melyik az a tíz százalék? Melyiket főleg bántanunk, s melyiket kell eltávolítanunk a szervezetből? Azt még nem tudják megmondani.

Mivel ezt jelenleg nem tudjuk, „lekasáljuk az egész búzamezőt, közte a konkolyt is” – mond szemléletes példát a professor. Vannak

mond még egy meglepő a Duna bajai holtága, a Sugovica mellett gyermekeskedő professor: hivatásának bizonyos elemeit kedvenc hobbijával, a horgászatot hasonlítja össze. A horgászat filozófiáját így összegzi: először is el kell hinni, hogy ott van a vízben a hal. Állandó készenléti állapot, koncentrációs készség,

már próbálkozások a világon a polipok természetének, minőségének látvány alapján történő megkülönböztetésére, Amerikában szubjektív megítélés alapján válogatnak a polipok között, csak azt távolítják el, amelyiket tapasztalatuk alapján veszélyesnek gondolnak. De erre semmi objektív bizonyíték nincs, ezért

nagy lehet a végzetes tévedés aránya. A győri Széchenyi István Egyetem oktatóival mi most azt kutatjuk, hogyan lehetne kiszűrni a rákot okozó polipokat, s azokat, amelyek nem rákosodnak el, s melyektől kell feltétlenül megszabadítani a bélszakaszt.

Eddigi eredményeiket egy látványos poszteren az Egyesült Államokban is bemutatták.

Legalább 500 emberrel mondtam ki az érdeklődők közül a „Győr” nevet – utal lokálpatriotizmusára. – A különböző nemzetek orvosai Budapestet, Bécsét még ismerték, Győrt nem. Megtanítottam nekik, lelkesen ismételték a város nevét. Elmondtam, hogy Budapest és Bécs között van egy nyitott város, amelyik éppen annak köszönheti sikereit, hogy nem belterjes, hanem befogadó.

Én magam is bevándorló vagyok – vált témát az úriember modorában régi-módi, udvarias tudós, aki beszélgetőpartnernek is rendkívül kellemes ember. Nagypám felvidéki magyar tanító volt, apám a soproni erdőszeti egyetemen végzett, s a különleges hangulatú, klímájú gemenci erdőben töltötte el az életét. Én is sokat voltam vele gyerekként. Később a pécsi orvosi egyetemen ismerkedtem meg a feleségemmel, Kováts-Szabó Erzsébettel, akinek az édesapja teremtette meg Győrben a kardiológiát. A belgyógyász Láng főorvos fogadott be győri csapatába, feleségem pedig a gyermekkardiológiát honosította meg a városban.

Rác professzort többször is marasztalták külföldön, hiszen tudása, eredményei és érdeklődése révén korán kikerült az Egyesült Államokba, s Genovába is.

Úgy éreztem, nekem itthon van dolgom, nekem ezt a pályát jelölte ki a sors – vallja minden maníros pátosz nélkül.

Hamar a pécsi egyetem professzora lett, pesti állást is kínáltak neki, de maradt a Rába partján.

Tanítványai közül – hiszen osztályán szinte egy iskolát teremtett – többen már „kész emberként” állást kaptak Dubaiban, Malmöben, az USA-ban.

A professor fia nem a műtőasztalt választotta, ügyvéd lett belőle, lánya pedig közgazdász.

Azt kérdezem még Rác professzortól, melyek szakmája legújabb biztató eredményei?

Az egyik, hogy a májsugort okozó „hepatitis C” három hónapos tablettás kúrával meggyógyítható. A másik, hogy a súlyos vastag- és vékonybélgyulladásban szenvedőket injekcióval ugyan, de tartósan panaszmentesen tarthatjuk. A harmadik pedig, amin mi dolgozunk az egyetemen és a kórházban több orvossal is: a veszélyes polip elkülönítése az ártatlanoktól. A képalakító módszer egyre ígéretesebb eredményeket produkál.

Rác professor teljesen győri lett, jól érzi itt magát.

Csak a Sugovica a közelben folya! – osztja meg fő hiányérzetét.



Endrei Judit
könyve



OLVASNI JÓ!

Korhatártalanul – 50 után is aktívan

A középkorúság az egyik legnehezebben megélt időszak. Sokan elbizonytalanodnak, megkérdőjelezzik életük irányát. Azt tapasztalják, hogy a társadalomban betöltött szerepük értéke csökken, esetleg személyes-közösségi életükben is problémákkal küzdenek. Ráadásul – férfiak és nők egyaránt – szembesülnek egészségi állapotuk romlásával is. A legtöbb embernek ekkor óriási szüksége van külső támogatásra, szakemberek segítségére, életvezetési tanácsokra, befogadó közösségi élményekre. A könyv segítséget nyújt a korra jellemző személyiségvál-

tozás tudatos kezeléséhez, a lelki karbantartás módszereihez, új életvezetési stratégiákat mutat be. A könyv szerzője, Endrei Judit azt vallja: „Nem akarok erőszakosan senkit más útra terelni, bebizonyítani, hogy ő mire lenne képes, ha az illető ezt nem akarja. Azok tartsanak velem, akik hiszik, hogy minden nappal lehetünk éppen a korunk által magabiztosabbak, hitelesebbek, életrevalóbbak, és próbáljuk kicsit több derűvel megélni az idősedest ma is meg holnap is.” A könyv az Endrei Könyvkiadó gondozásában jelent meg 2015-ben.

A HÓNAP VICCE

Az állatorvos lebetegszik, és elmegy a háziorvosához.

– Mi a panasa? – kérdezi a doki.

– Nézze, én állatorvos vagyok. Én úgy gyógyítom a betegeimet, hogy nem kérdezek tőlük semmit, hiszen ők nem tudnak válaszolni. Maga erre nem képes?

– Dehogynem – válaszolja az orvos kis gondolkodás után. Szó nélkül megvizsgálja az állatorvost, majd átad neki egy receptet.

– Tessék, ezt vegye be!

– És ez hatni fog?

– Persze. Ha mégsem, akkor legfeljebb elaltatom...


Eurowings

JÖN AZ EUROWINGS! NAGY SZAVAK HELYETT ALACSONY ÁRAK.

Bécsből az eddigi legkedvezőbb áron
akár Barcelonába, Londonba, vagy
Palma de Mallorcába. Foglaljon most
az eurowings.com oldalon.



Lufthansa Group

* Basic-viteldíj útvonalanként és személyenként. Foglalható az eurowings.com oldalon.
Az ülőhelyek száma korlátozott. Poggyász feladása esetén további költségek kerülnek felszámolásra.



NOVEMBER 21., SZOMBAT

DUNA TV	RTL KLUB	TV2	VIASAT 3	GYŐR+ TV
04:25 Hazajáró 04:50 Nóvum ■ 05:20 Akadálytalanul 05:45 Himnusz 05:50 Hajnali gondolatok 05:55 Jó tudni! ■ 06:25 Világ-nézet 06:55 Kenő ■ 07:00 07:30 Család-barát 09:00 Gabe, a négylábú Cupido 10:30 Jó tudni! ■ 11:00 Noé barátai 11:30 Térkép 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó 12:40 Kult+ ■ 12:50 Ízörzök: Kustánszeg 13:15 Hazajáró 13:45 Magyar Krónika 14:15 Másfél-milliárd lépés Magyarországon ■ 14:50 Szeretettel Hollywoodból ■ 15:20 Kölyök ■ 17:00 Gasztroangyal ■ 18:00 Híradó 18:40 SzerencseSzombat ■ 19:40 Játék határok nélkül ■ 21:00 Becéző szavak ■ 23:10 Kenő ■ 23:15 Szigorúan bizalmas ■ 01:30 MűpArt 03:05 A DAL slágerei ■ 03:30 A DAL slágerei ■ 03:55 Térkép	04:05 Gálvölgyi-show ■ 04:35 Pasik ■ 05:00 Pasik ■ 05:25 Tuti gimí ■ 06:10 Top Shop 06:35 Kölyökklub 09:40 Ízes élet ■ 10:25 Teleshop 10:55 Kalandor 11:20 Brandmánia ■ 11:55 Street Kitchen 12:25 Új csaj ■ 12:55 Glee – Sztárok leszünk! ■ 13:55 Karácsonyi vakáció 2. – Eddie bácsi szigeti kalandja ■ 15:45 Trükkös gyémántrablás ■ 18:00 RTL Klub Híradó 18:50 Fókusz Plusz ■ 20:00 Hungary's Got Talent – A tehetség itt-hon van ■ 21:40 Gyertek át szombat este! ■ 22:55 Last minute, bébi ■ 01:00 Eastern Promises – Gyilkos ígéretek (18) 02:55 Gyertek át szombat este! ■	04:05 Vegas ■ 04:50 Babavilág ■ 05:15 Super Car ■ 05:40 Aktív ■ 06:00 Az idő örvényében 06:25 Tv2 matiné 09:30 Astro-Világ 10:40 En is tükörbe nézek ■ 11:10 Babavilág ■ 11:40 TrenDélet ■ 12:10 Az Év Házi-asszonya ■ 12:40 Knight Rider ■ 13:45 Kuzey Güney – Tűz és víz ■ 14:45 Kuzey Güney – Tűz és víz ■ 15:40 A csendestárs ■ 18:00 Tények 19:00 Judy Moody és a nem nyamvadt nyár ■ 20:55 Fogadom ■ 23:05 Serenity ■ 01:25 Sportos 01:35 Rúzs és New York ■ 02:20 Fedezd fel Forrest! ■	05:25 Trendközben 05:50 TV-Shop 06:25 Szívek szállodája ■ 07:15 Szívek szállodája ■ 08:05 Amerikai mesterszakács ■ 09:00 Amerikai mesterszakács ■ 09:55 Knight Rider ■ 11:00 Knight Rider ■ 12:05 A S.H.I.E.L.D. ügynökei ■ 13:00 NCIS – Tengerészeti helyszínelők ■ 14:00 NCIS: Los Angeles ■ 15:00 NCIS: Los Angeles ■ 15:55 Ikrek ■ 18:15 Star Wars: Baljós árnyak ■ 21:00 Star Wars: A klónok támadása 23:55 NCIS – Tengerészeti helyszínelők ■ 00:55 Will és Grace ■ 01:30 Will és Grace ■ 01:55 Harmadik műszak ■ 02:45 Harmadik műszak ■	07:45 Konkrét (ism.) 08:00 Híradó (ism.) 08:20 Sporthírek (ism.) 08:30 Kulisszák mögött (ism.) 09:00 Híradó (ism.) 09:20 Sporthírek (ism.) 09:30 Creative Chef (ism.) 10:00 Híradó (ism.) 10:20 Sporthírek (ism.) 10:30 Konkrét (ism.) 10:45 Képszerűség 18:00 Credo (ism.) 18:30 Kulisszák mögött (ism.) 19:00 Győri7 19:45 Csak az ETO (ism.) 20:00 Hello Győr! (ism.) 20:30 Zooo+ (ism.) 21:00 Creative Chef (ism.) 21:30 Szabadhegyi találkozás (ism.) 22:30 Győri7 (ism.) 23:15 Képszerűség

NOVEMBER 22., VASÁRNAP

DUNA TV	RTL KLUB	TV2	VIASAT 3	GYŐR+ TV
04:20 Noé barátai 04:50 Tánccvarázs 05:45 Himnusz 05:50 Hajnali gondolatok 05:55 Rome Reports – Vatikáni híradó 06:20 „Így szól az Úr!” 06:25 A sokszínű vallás 06:40 Kérdések a Bibliában 06:55 Kenő ■ 07:00 Híradó 07:30 Család-barát 09:00 Isten kezében 09:25 Engedjétek hozzám 09:35 Református ifjúsági műsor 09:40 Evangélikus ifjúsági műsor 09:50 Utónépfélen 10:00 Református magazin 10:30 Római katolikus szentmise 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó 12:45 Kult+ ■ 12:50 A világörökség kincsei 13:10 Univerzum ■ 14:05 Cherbourg-i események ■ 15:40 Segítség, örököltém! ■ 16:55 A muskétások ■ 18:00 Híradó 18:40 Hogy volt?! 19:40 Magyarország, szerettek! 21:00 Peacemaker ■ 23:00 Kenő ■ 23:05 A hűtlen ■	04:00 Spymaker – Ian Fleming titkos élete ■ 05:30 Fókusz Plusz ■ 06:20 Top Shop 06:55 Kölyökklub 09:40 EgészségKalausz ■ 10:30 Teleshop 11:05 A Muzsika TV bemutatja! ■ 11:40 Aütem ■ 12:10 Így készült 12:40 XXI. század – a legendák velünk élnek ■ 13:15 Házon kívül ■ 13:50 Nincs kettő sél nélkül ■ 15:05 Nincs kettő sél nélkül ■ 16:20 Kutyák és macskák: A rusnya macska boszúja ■ 18:00 RTL Klub Híradó 18:50 Vasókök ■ 21:25 Szupercella ■ 23:40 Portré ■ 00:15 Vasókök ■ 02:35 Dögöltött akták ■ 03:20 Az élet csajos oldala ■	04:30 Knight Rider ■ 05:15 Kuzey Güney – Tűz és víz ■ 06:00 Az idő örvényében 06:25 Tv2 matiné 08:35 ÁlatoZOO ■ 09:05 Több mint TestÖr ■ 09:35 Astro-Világ 10:45 Tüsarok ■ 11:15 Stahl konyhája ■ 11:45 Ott-hontékp ■ 12:15 Falforgatók ■ 13:20 Apaütök ■ 13:50 Walker, a texasi kopó ■ 15:50 Fogadom ■ 18:00 Tények 18:55 Sztárban sztár ■ 21:35 Összezárv Friderikusszal ■ 22:55 Ügynöklista ■ 23:55 Közös a jövőért ■ 01:05 Sportos 01:15 A szépség és a szörnyeteg ■ 02:00 Az út ■ 03:40 Walker, a texasi kopó ■	05:00 Igazgyöngy ■ 05:45 TV-Shop 06:20 Amerikai mesterszakács ■ 07:05 Szívek szállodája ■ 07:55 Szívek szállodája ■ 08:50 Will és Grace ■ 09:20 Will és Grace ■ 09:50 Will és Grace ■ 10:25 Trendközben 10:55 A Tetovált Sél ■ 11:25 NCIS – Tengerészeti helyszínelők ■ 12:30 Észbontók ■ 13:35 Ikrek ■ 15:50 Karate kölyök 3. ■ 18:10 Star Wars: A klónok támadása 21:00 Star Wars: A Sith-ek bosszúja ■ 23:55 Herkules ■ 02:05 A Tetovált Sél ■ 02:30 Trendközben 03:00 Harmadik műszak ■ 03:45 Harmadik műszak ■	08:00 Credo (ism.) 08:30 Hello Győr! (ism.) 09:00 Creative Chef (ism.) 09:20 Zooo+ (ism.) 09:45 Konkrét (ism.) 10:00 Szabadhegyi találkozások (ism.) 11:00 Képszerűség 18:00 Győri7 (ism.) 18:45 Konkrét (ism.) 19:00 Hello Győr! (ism.) 19:30 Konkrét (ism.) 19:45 Made in Hungary (ism.) 20:00 Kulisszák mögött (ism.) 20:30 Jövőkép (ism.) 21:00 Credo (ism.) 21:30 Civil kurázi (ism.) 22:00 Győri7 (ism.) 23:00 Képszerűség

NOVEMBER 23., HÉTFŐ

DUNA TV	RTL KLUB	TV2	VIASAT 3	GYŐR+ TV
04:50 Tánccvarázs 05:45 Himnusz 05:50 Hajnali gondolatok 06:00 Feketén-fehéren ■ 06:55 Kenő ■ 07:00 Híradó 07:20 Roma Magazin 07:50 Domovina 08:20 A múlt fogságában ■ 09:10 Kisvárosi doktor ■ 10:05 Család-barát 11:30 Jó tudni! ■ 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó 12:35 Időjárás-jelentés 12:40 Kult+ ■ 12:50 Jamie 15 perces kajái 13:15 Kívánságkosár 15:15 Feketén-fehéren ■ 16:10 Rex felügyelő ■ 17:00 Ridikül ■ 18:00 Híradó 18:30 Időjárás-jelentés 18:40 Kisvárosi doktor ■ 20:35 Kék-fény ■ 21:35 Gálaest Töröcsik Mari születésnapján ■ 23:20 Kenő ■ 23:25 On the Spot ■ 00:20 Magyar Krónika 00:50 Peacemaker ■ 02:50 Magyar első ■ 03:05 Megyejáró 03:15 Szerelmes földrajz	04:00 Reflektor ■ 04:15 Ízes élet ■ 04:35 Barátok közt ■ 05:00 Fókusz ■ 05:30 Top Shop 06:00 Jó reggelt, skacok! ■ 07:35 RTL Klub Híradó 08:08 8:08 – Minden reggel ■ 09:10 Ízes élet ■ 09:40 Reflektor ■ 10:05 Top Shop 11:45 Asztro Show 12:45 A szerelem foglyai ■ 13:50 Éjjel-nappal Budapest ■ 15:05 Négyen négy ellen – A családi játszma ■ 15:45 Nyomtalanul ■ 16:40 Szulejmán ■ 18:00 RTL Klub Híradó 18:55 Fókusz ■ 19:30 Éjjel-nappal Budapest ■ 20:45 Barátok közt ■ 21:25 Dr. Csont ■ 22:20 Glades – Tengerparti gyilkosságok ■ 23:25 RTL Klub Híradó 00:00 Magyarul Balóval 00:35 A főnök ■ 01:35 Reflektor ■ 01:50 A harc törvénye ■ 02:35 A harc törvénye ■ 03:20 Gálvölgyi-show ■	04:25 Walker, a texasi kopó ■ 05:10 Csapdába csalsa ■ 05:35 Családi Titkok ■ 06:20 Mokka ■ 09:25 Stahl konyhája ■ 09:30 Babapercek ■ 09:40 Teleshop 10:45 Astro-Világ 12:00 Tények Déliben 12:30 Aktív ■ 13:00 Családi Titkok ■ 14:10 Zsaruk ■ 15:15 Az én bűnöm ■ 16:20 Veronika aranya ■ 17:25 Fiorella ■ 18:00 Tények 19:30 Jóban Rosszban ■ 20:15 A Kocka ■ 21:25 Halálos iramban: Tokiói hajsz ■ 23:35 Vegas ■ 00:40 Tények Este 01:30 Aktív ■ 01:50 Sportos 02:05 Ezo.TV 03:05 Elit egység ■ 03:50 A törvény embere ■	05:00 Igazgyöngy ■ 05:50 TV-Shop 06:20 Will és Grace ■ 06:45 Will és Grace ■ 07:10 Jóbarátok ■ 07:35 Jóbarátok ■ 08:00 A nagy svindli 08:55 Szívek szállodája ■ 09:55 Knight Rider ■ 11:50 Esküdt ellenségek: Bűnös szándék ■ 12:50 A nagy svindli 13:50 NCIS – Tengerészeti helyszínelők ■ 14:50 NCIS – Tengerészeti helyszínelők ■ 15:45 NCIS: Los Angeles ■ 16:45 NCIS: Los Angeles ■ 17:40 Amerikai mesterszakács ■ 18:40 Chili vagy Mango 19:05 Jim szerint a világ ■ 19:35 Két pasi – meg egy kicsi ■ 20:10 Két pasi – meg egy kicsi ■ 20:35 Két pasi – meg egy kicsi ■ 21:00 Star Wars: A Sith-ek bosszúja ■ 00:00 Két pasi – meg egy kicsi ■ 00:30 Chili vagy Mango 00:00 Knight Rider ■	08:00 Épi-tech (ism.) 09:00 Hello Győr! (ism.) 09:30 Kulisszák mögött (ism.) 10:00 Képszerűség 18:45 Konkrét (ism.) 19:00 Híradó 19:20 Sporthírek 19:30 Creative Chef (ism.) 20:00 Híradó (ism.) 20:20 Sporthírek (ism.) 20:30 Creative Chef (ism.) 21:00 Híradó (ism.) 21:20 Sporthírek (ism.) 21:30 Creative Chef (ism.) 22:00 Híradó (ism.) 22:20 Sporthírek (ism.) 22:30 Creative Chef (ism.) 23:00 Híradó (ism.) 23:20 Sporthírek (ism.) 23:30 Konkrét (ism.) 23:45 Képszerűség

NOVEMBER 24., KEDD

DUNA TV	RTL KLUB	TV2	VIASAT 3	GYŐR+ TV
05:15 Akadálytalanul 05:45 Himnusz 05:50 Hajnali gondolatok 06:00 Feketén-fehéren ■ 06:55 Kenő ■ 07:00 Híradó 07:15 Időjárás-jelentés 07:20 Srpski Ekran 07:50 Unser Bildschirm 08:20 A múlt fogságában ■ 09:10 Kisvárosi doktor ■ 10:05 Család-barát 11:30 Jó tudni! ■ 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó 12:35 Időjárás-jelentés 12:40 Kult+ ■ 12:50 Jamie 15 perces kajái 13:15 Kívánságkosár 15:15 Feketén-fehéren ■ 16:05 Rex felügyelő ■ 17:00 Ridikül ■ 18:00 Híradó 18:30 Időjárás-jelentés 18:40 Kisvárosi doktor ■ 19:35 Maradj talpon! ■ 20:35 Önök kérték! 21:35 La-ura rejtélyei ■ 22:20 Kenő ■ 22:25 A Nagyok ■ 22:55 Szent Erzsébet legendája – oratórium 00:05 MűpArt Classic – Thomas Hampson és a Concerto Budapest	04:00 Reflektor ■ 04:15 Ízes élet ■ 04:35 Barátok közt ■ 05:00 Fókusz ■ 05:30 Top Shop 06:00 Jó reggelt, skacok! ■ 07:35 RTL Klub Híradó 08:08 8:08 – Minden reggel ■ 09:10 Ízes élet ■ 09:40 Reflektor ■ 10:05 Top Shop 11:45 Asztro Show 12:45 A szerelem foglyai ■ 13:50 Éjjel-nappal Budapest ■ 15:05 Négyen négy ellen – A családi játszma ■ 15:45 Nyomtalanul ■ 16:40 Szulejmán ■ 18:00 RTL Klub Híradó 18:55 Fókusz ■ 19:30 Éjjel-nappal Budapest ■ 20:45 Barátok közt ■ 21:25 Keresem a családom ■ 22:35 XXI. század – a legendák velünk élnek ■ – Az Ikarus 23:00 RTL Klub Híradó 23:35 Magyarul Balóval 00:10 Brandmánia ■ 00:40 Totál szívás (18) 01:50 Reflektor ■ 02:05 EgészségKalausz ■	04:35 Aktív ■ 05:00 Sportos 05:10 Csapdába csalsa ■ 05:35 Családi Titkok ■ 06:20 Mokka ■ 09:25 Stahl konyhája ■ 09:30 Babapercek ■ 09:40 Teleshop 10:45 Astro-Világ 12:00 Tények Déliben 12:30 Aktív ■ 13:00 Családi Titkok ■ 14:10 Zsaruk ■ 15:15 Az én bűnöm ■ 16:20 Veronika aranya ■ 17:25 Fiorella ■ 18:00 Tények 19:30 Jóban Rosszban ■ 20:15 A Kocka ■ 21:25 Hűtlen vágyak ■ 22:30 Hawaii Five-0 ■ 23:30 Propaganda ■ 00:35 Tények Este 01:25 Aktív ■ 01:45 Sportos 02:00 Ezo.TV 03:00 Telitalálat ■	05:05 Igazgyöngy ■ 05:50 TV-Shop 06:20 Will és Grace ■ 06:45 Will és Grace ■ 07:10 Jóbarátok ■ 07:35 Jóbarátok ■ 08:00 A nagy svindli 08:55 Szívek szállodája ■ 09:55 Knight Rider ■ 11:50 Esküdt ellenségek: Bűnös szándék ■ 12:50 A nagy svindli 13:50 NCIS – Tengerészeti helyszínelők ■ 14:50 NCIS – Tengerészeti helyszínelők ■ 15:45 NCIS: Los Angeles ■ 16:45 NCIS: Los Angeles ■ 17:40 Amerikai mesterszakács ■ 18:40 Chili vagy Mango 19:05 Jim szerint a világ ■ 19:35 Két pasi – meg egy kicsi ■ 20:10 Két pasi – meg egy kicsi ■ 20:35 Két pasi – meg egy kicsi ■ 21:00 Bobby Z élete és halála 23:10 A horoszkóp gyilkosságok 01:05 Két pasi – meg egy kicsi ■ 01:40 Chili vagy Mango 02:05 Knight Rider ■	06:45 Konkrét (ism.) 07:00 Híradó (ism.) 07:20 Sporthírek (ism.) 07:30 Creative Chef (ism.) 08:00 Híradó (ism.) 08:20 Sporthírek (ism.) 08:30 Creative Chef (ism.) 09:00 Híradó (ism.) 09:20 Sporthírek (ism.) 09:30 Konkrét (ism.) 09:45 Képszerűség 18:45 TV torna 19:00 Híradó 19:20 Sporthírek 19:30 Hello Győr! 20:00 Híradó (ism.) 20:20 Sporthírek (ism.) 20:30 Hello Győr! (ism.) 21:00 Híradó (ism.) 21:20 Sporthírek (ism.) 21:30 Hello Győr! (ism.) 22:00 Híradó (ism.) 22:20 Sporthírek (ism.) 22:30 Hello Győr! (ism.) 23:00 Híradó (ism.) 23:20 Sporthírek (ism.) 23:30 Képszerűség

NOVEMBER 25., SZERDA

DUNA TV	RTL KLUB	TV2	VIASAT 3	GYŐR+ TV
05:50 Hajnali gondolatok 06:00 Feketen-fehéren 06:55 Kenő 07:00 Híradó 07:15 Időjárás-jelentés 07:20 Hrvatska kronika 07:50 Ecranul noster 08:20 A múlt fogságában 09:10 Kisvárosi doktor 10:05 Család-barát 11:30 Jó tudni! 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó 12:35 Időjárás-jelentés 12:40 Kult+ 12:50 Jamie 15 perces kajái 13:15 Kívánságkosár 15:20 Feketen-fehéren 16:10 Rex felügyelő 17:00 Ridikül 18:00 Híradó 18:30 Időjárás-jelentés 18:40 Kisvárosi doktor 19:35 Maradj talpon! 20:30 Skandináv lottó sorsolás 20:40 Szabadság tér '89 21:25 Munkaügyek 22:00 Római helyszínelők - Árulkodó nyomok 23:00 Kenő 23:05 Aranykémzés 00:00 ...és a Pokol ■	04:00 Reflektor 04:15 Izes élet 04:35 Barátok közt 05:00 Fókusz 05:30 Top Shop 06:00 Jó reggelt, skacok! 07:35 RTL Klub Híradó 08:08 8:08 - Minden reggel 09:10 Izes élet 09:40 Reflektor 10:05 Top Shop 11:45 Asztro Show 12:45 A szerelem foglyai 13:50 Éjjel-nappal Budapest 15:05 Négyen négy ellen - A családi játszma 15:45 Nyomtalanul 16:40 Szulejmán 18:00 RTL Klub Híradó 18:55 Fókusz 19:30 Éjjel-nappal Budapest 20:45 Barátok közt 21:25 Szulejmán 22:25 Házon kívül 22:50 RTL Klub Híradó 23:30 Magyarul Balóval 00:05 Vámpírnaplók 01:10 Reflektor 01:30 Ong Bak 2. - A bosszú 03:05 A bosszú anygala ■	04:40 Aktív 05:00 Sportos 05:10 Csapdába csalsa 05:35 Családi Titkok 06:20 Mokka 09:25 Stahl konyhája 09:30 Babapercek 09:40 Teleshop 10:45 Astro-Világ 12:00 Tények Délben 12:30 Aktív 13:00 Családi Titkok 14:10 Zsaruk 15:15 Az én bűnöm 16:20 Veronica aranya 17:25 Fiorella 18:00 Tények 19:30 Jóban Rosszban 20:15 A Kocka 21:25 Hazudj, ha tudsz! 22:30 Lángoló Chicago 23:35 Életfogytig zsaru 00:35 Tények Este 01:25 Aktív 01:45 Sportos 02:00 Ezo.TV 03:00 A császárok klubja ■	05:00 Igazgyöngy 05:50 TV-Shop 06:20 Will és Grace 06:45 Will és Grace 07:10 Jóbarátok 07:35 Jóbarátok 08:00 A nagy svindli 08:55 Szívek szállodája 09:55 Knight Rider 10:55 Amerikai mesterszakács 11:50 Esküdt ellenségek: Bűnös szándék 12:50 A nagy svindli 13:50 NCIS - Tengerészeti helyszínelők 14:50 NCIS - Tengerészeti helyszínelők 15:45 NCIS: Los Angeles 16:45 NCIS: Los Angeles 17:40 Amerikai mesterszakács 18:40 Chili vagy Mango 19:05 Jim szerint a világ 19:35 Két pasi - meg egy kicsi 20:10 Két pasi - meg egy kicsi 20:35 Két pasi - meg egy kicsi 21:00 True Lies - Két tűz között 00:00 Két pasi - meg egy kicsi 00:30 Chili vagy Mango	07:00 Híradó (ism.) 07:20 Sporthírek (ism.) 07:30 Hello Győr! (ism.) 08:00 Híradó (ism.) 08:20 Sporthírek (ism.) 08:30 Hello Győr! (ism.) 09:00 Híradó (ism.) 09:20 Sporthírek (ism.) 09:30 Hello Győr! (ism.) 10:00 Képgás 18:45 Konkrét 19:00 Híradó 19:20 Sporthírek 19:30 Széchenyi Híradó 20:00 Híradó (ism.) 20:20 Sporthírek (ism.) 20:30 Csak az ETO (ism.) 21:00 Híradó (ism.) 21:20 Sporthírek (ism.) 21:30 Széchenyi Híradó (ism.) 22:00 Híradó (ism.) 22:20 Sporthírek (ism.) 22:30 Csak az ETO (ism.) 23:00 Híradó (ism.) 23:20 Sporthírek (ism.) 23:30 Konkrét (ism.) 23:45 Képgás



WOLF ORVOSI Győr, Kazinczy u. 17. **Infovonal:**
MŰSZER Győr, Szigethy A. út 78. **96/428-160**

VÉRNYOMÁSMÉRŐ VÁSÁR
20%-50% kedvezménnyel!
2015 november 2-től 30-ig
EGÉSZSÉGPÉNZTÁRAK SZERZŐDÖTT PARTNERE!

NOVEMBER 26., CSÜTÖRTÖK

DUNA TV	RTL KLUB	TV2	VIASAT 3	GYŐR+ TV
05:20 Akadálytalanul 05:45 Himnusz 05:50 Hajnali gondolatok 06:00 Feketen-fehéren 06:55 Kenő 07:00 Híradó 07:10 Időjárás-jelentés 07:20 Rondó 08:20 A múlt fogságában 09:10 Kisvárosi doktor 10:05 Család-barát 11:30 Jó tudni! 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó 12:35 Időjárás-jelentés 12:40 Kult+ 12:50 Jamie 15 perces kajái 13:15 Kívánságkosár 15:05 Feketen-fehéren 15:50 Rex felügyelő 16:45 Szerencse Híradó 17:00 Ridikül 18:00 Híradó 18:30 Időjárás-jelentés 18:40 Kisvárosi doktor 19:35 Maradj talpon! 20:35 Fábry 21:55 Kenő 22:00 Oscar 23:45 kult.hu 00:15 Örökség a jövőnek - Olasz-magyar kapcsolatok 00:45 Könnyű testi sértes ■	04:00 Reflektor 04:15 Izes élet 04:35 Barátok közt 05:00 Fókusz 05:30 Top Shop 06:00 Jó reggelt, skacok! 07:35 RTL Klub Híradó 08:08 8:08 - Minden reggel 09:10 Izes élet 09:40 Reflektor 10:05 Top Shop 11:45 Asztro Show 12:45 A szerelem foglyai 13:50 Éjjel-nappal Budapest 15:05 Négyen négy ellen - A családi játszma 15:45 Nyomtalanul 16:40 Szulejmán 18:00 RTL Klub Híradó 18:55 Fókusz 19:30 Éjjel-nappal Budapest 20:45 Barátok közt 21:20 Váltóársak 22:15 CSI: A helyszínelők 23:20 RTL Klub Híradó 23:55 Magyarul Balóval 00:30 Reflektor 00:50 A hatalom hálójában 01:45 A hatalom hálójában 02:40 A bosszú anygala ■	04:40 Aktív 05:00 Sportos 05:10 Csapdába csalsa 05:35 Családi Titkok 06:20 Mokka 09:25 Stahl konyhája 09:30 Babapercek 09:40 Teleshop 10:45 Astro-Világ 12:00 Tények Délben 12:30 Aktív 13:00 Családi Titkok 14:10 Zsaruk 15:15 Az én bűnöm 16:20 Veronica aranya 17:25 Fiorella 18:00 Tények 19:30 Jóban Rosszban 20:15 A Kocka 21:25 Frizbi Hajdu Péterrel 22:30 NCIS: Los Angeles 23:35 Felejthetetlen 00:30 Tények Este 01:20 Aktív 01:40 Sportos 01:55 Ezo.TV 02:55 A szölista ■	05:00 Igazgyöngy 05:50 TV-Shop 06:20 Will és Grace 06:45 Will és Grace 07:10 Jóbarátok 07:35 Jóbarátok 08:00 A nagy svindli 08:55 Szívek szállodája 09:55 Knight Rider 10:55 Amerikai mesterszakács 11:50 Esküdt ellenségek: Bűnös szándék 12:50 A nagy svindli 13:50 NCIS - Tengerészeti helyszínelők 14:50 NCIS - Tengerészeti helyszínelők 15:45 NCIS: Los Angeles 16:45 NCIS: Los Angeles 17:40 Amerikai mesterszakács 18:40 Chili vagy Mango 19:05 Jim szerint a világ 19:35 Két pasi - meg egy kicsi 20:10 Két pasi - meg egy kicsi 20:35 Két pasi - meg egy kicsi 21:00 Eszbontók 22:05 A S.H.I.E.L.D. ügynökei 23:00 True Lies - Két tűz között	06:45 Konkrét (ism.) 07:00 Híradó (ism.) 07:20 Sporthírek (ism.) 07:30 Széchenyi Híradó (ism.) 08:00 Híradó (ism.) 08:20 Sporthírek (ism.) 08:30 Csak az ETO (ism.) 09:00 Híradó (ism.) 09:20 Sporthírek (ism.) 09:30 Konkrét (ism.) 09:45 Képgás 18:45 TV torna 19:00 Híradó 19:20 Sporthírek 19:30 Vény nélkül 20:00 Híradó (ism.) 20:20 Sporthírek (ism.) 21:30 Vény nélkül (ism.) 21:00 Híradó (ism.) 21:20 Sporthírek (ism.) 21:30 Vény nélkül (ism.) 22:00 Híradó (ism.) 22:20 Sporthírek (ism.) 22:30 Vény nélkül (ism.) 23:00 Híradó (ism.) 23:20 Sporthírek (ism.) 23:30 Képgás

zöldfa ÉTTEREM BÁR

Közel 50 éves szakmai tapasztalat Napi Menük Megbízhatóság, minőség Rendezvények Modern környezet

Elérhetőségek: www.ujzoldfa.hu www.facebook.com/zoldfa.etterem 9024 Győr, Hunyadi utca 2. 06-96/550-240

NOVEMBER 27., PÉNTEK

DUNA TV	RTL KLUB	TV2	VIASAT 3	GYŐR+ TV
04:25 Hazajáró 04:55 Nóvum 05:20 Akadálytalanul 05:45 Himnusz 05:50 Hajnali gondolatok 06:00 Feketen-fehéren 06:55 Kenő 07:00 Híradó 07:15 Időjárás-jelentés 07:20 Pámened 07:50 Öt kontinens 08:20 A múlt fogságában 09:10 Kisvárosi doktor 10:05 Család-barát 11:30 Jó tudni! 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó 12:35 Időjárás-jelentés 12:40 Kult+ 12:50 Jamie 15 perces kajái 13:15 Kívánságkosár 15:15 Feketen-fehéren 16:10 Rex felügyelő 17:00 Ridikül 18:00 Híradó 18:30 Időjárás-jelentés 18:40 Kisvárosi doktor 19:35 Maradj talpon! 20:35 Főszállott a páva 22:50 Kenő 22:55 Columbo: Elfelejtett hölgy 00:30 Emberrablás és váltságdíj ■	04:00 Reflektor 04:15 Izes élet 04:35 Barátok közt 05:00 Fókusz 05:30 Top Shop 06:00 Jó reggelt, skacok! 07:35 RTL Klub Híradó 08:08 8:08 - Minden reggel 09:10 Izes élet 09:40 Reflektor 10:05 Top Shop 11:45 Asztro Show 12:45 A szerelem foglyai 13:50 Éjjel-nappal Budapest 15:05 Négyen négy ellen - A családi játszma 15:45 Nyomtalanul 16:40 Szulejmán 18:00 RTL Klub Híradó 18:55 Fókusz 19:30 Éjjel-nappal Budapest 20:45 Barátok közt 21:25 Showder Klub 22:30 Gyilkos elmék 23:25 RTL Klub Híradó 00:00 Magyarul Balóval 00:35 Vámpírnaplók 01:35 Reflektor 01:50 Street Kitchen 02:20 Kalandor (2014) 02:40 Üttem ■	04:40 Aktív 05:00 Sportos 05:10 Csapdába csalsa 05:35 Családi Titkok 06:20 Mokka 09:25 Stahl konyhája 09:30 Babapercek 09:40 Teleshop 10:45 Astro-Világ 12:00 Tények Délben 12:30 Aktív 13:00 Családi Titkok 14:10 Zsaruk 15:15 Az én bűnöm 16:20 Veronica aranya 17:25 Fiorella 18:00 Tények 19:30 Jóban Rosszban 20:15 A Kocka 21:25 A belső ember (16) 00:05 Vegas 01:05 Tények Este 01:55 Sportos 02:05 Ezo.TV 03:10 Aktív 03:35 A törvény embere ■	05:00 Igazgyöngy 05:50 TV-Shop 06:20 Will és Grace 06:45 Will és Grace 07:10 Jóbarátok 07:35 Jóbarátok 08:00 A nagy svindli 08:55 Szívek szállodája 09:55 Knight Rider 10:55 Amerikai mesterszakács 11:50 Esküdt ellenségek: Bűnös szándék 12:50 A nagy svindli 13:50 NCIS - Tengerészeti helyszínelők 14:50 NCIS - Tengerészeti helyszínelők 15:45 NCIS: Los Angeles 16:45 NCIS: Los Angeles 17:40 Amerikai mesterszakács 18:40 Chili vagy Mango 19:05 Jim szerint a világ 19:35 Két pasi - meg egy kicsi 20:10 Két pasi - meg egy kicsi 20:35 Két pasi - meg egy kicsi 21:00 Star Wars: Egy új remény 23:45 Bobby Z élete és halála 01:45 Két pasi - meg egy kicsi ■	07:00 Híradó (ism.) 07:20 Sporthírek (ism.) 07:30 Vény nélkül (ism.) 08:00 Híradó (ism.) 08:20 Sporthírek (ism.) 08:30 Vény nélkül (ism.) 09:00 Híradó (ism.) 09:20 Sporthírek (ism.) 09:30 Konkrét (ism.) 10:00 Képgás 18:45 Konkrét 19:00 Híradó 19:20 Sporthírek 19:30 Gázfröccs (ism.) 20:00 Híradó (ism.) 20:20 Sporthírek (ism.) 20:30 Gázfröccs (ism.) 21:00 Híradó (ism.) 21:20 Sporthírek (ism.) 21:30 Gázfröccs (ism.) 22:00 Híradó (ism.) 22:20 Sporthírek (ism.) 22:30 Gázfröccs (ism.) 23:00 Híradó (ism.) 23:20 Sporthírek (ism.) 23:30 Konkrét (ism.) 23:45 Képgás



Győrben a Pacsirta lakóparkban 46-90 nm-ig lakások november végéig **előfoglalási kedvezmény**vel leköthetők!

Ár.: 14 320 000 Ft-tól

Tel.: **70/372-0113**

70/977-7832

Vámosszabadi Magyarország északnyugati részén, a Duna partján helyezkedik el, a 14-es számú főút mellett. Határátkelő Szlovákia felé. Győr-Ménfőcsanak és Mosonmagyaróvár között található, a megyeszékhelytől mintegy 7 kilométer távolságra. A Kisalföldnek azon a részén fekszik, amely a Rába győri torkolatától északnyugatra, az országhatárig terjed.

Pacsirta Lakópark - a nyugalom szigete

A Pacsirta lakópark területe Vámosszabadi közigazgatási területe, ezért lakosai a község lélekszámát gazdagítják, ha állandó lakóhelyet létesítenek a településen. A lakópark környékén többnyire fiatal, korábban Győrben élő, magasan képzett, tehetséges családok élnek, így a közösség is vonzó lehet az ideköltözőknek – amellet, hogy ugyanúgy megmarad számukra az a sokrétű választási lehetőség – a gyermekorvos, háziorvos s az iskola, óvoda megválasztása, mint ahogy ez eddigi élethelyzetükben is adva volt.

Nagyon vonzóvá teszi a községet az a tény, hogy a helyi iparüzési adó mértéke 1,4 százalék, így a környék legkedvezőbb adómértékét kínálja a gazdasági társaságok,

Győr dinamikus fejlődő részén épülő társasházban 2016. nyári átadással lakások még leköthetők. Kertvárosi hangulat! Fűtőkész ára: 265.000 Ft/nm-től, tel.: +36-70/372-0110.



egyéni vállalkozók és egyéb adóalanyok számára. Emellett a magánszemélyek kommunális adója is csekély összegű: évi 5 ezer forint.

Az ingatlanok 2016 augusztusában kerülnek átadásra. A lakások emelt szintű szerkezettel (fűtőkész) állapotban kerülnek átadásra, így első tulajdonosa a saját ízlésének megfelelően tudja kialakítani.

Azoknak is ideális, akik nem rendelkeznek autóval, hisz Győrből rendszeresen indítanak helyközi autóbuszjáratokat Vámosszabadira, melyek elsősorban az iskolába járó diákokhoz és a dolgozók munkaidejéhez vannak kötve.

Aki ide költözik, annak csupán pár perc autóval „a város” forgataga, de a nyugalom viszont garantált.

Ha adsz, kapsz is!

„...nincs is e joggal megbíráható teremtsnek, világnak, életnek különb, istenibb produktuma, mint a gyermek. A gyermek az elevenség, az öröm, a jövőbe ható ígélet A bilincsbe nem vert ember, az igazán igaz Isten.”

Ady Endre: Petőfi nem alkszik

A fenti sorok a „LURKÓ” Győri Kórház Gyermekosztályért Alapítvány weboldalán olvashatóak. Az alapítvány elnöke, Zajovicsné Vizér Bernadett a 2002-es indulás óta rengeteg eredményt ért el kollégáival és a támogatókkal karöltve. Ez idő alatt, három

játszóházat alakítottak ki (egyét a gyermekosztályon fekvő gyermekeknek, egyét a gyermekambulancián vizsgálatra várakozó gyermekeknek, egyet pedig a gyermeksebészetben kezelt kis lurkóknak) ahol önkéntes segítők terelik el a gyermekek figyelmét



betegségükről játékkal, kézműves foglalkozásokkal.

A jótettekből azonban sosem elég, a segítséghez sosem vagyunk elegendek. Ezt vallotta az Openhouse Országos Ingatlan Hálózat is, amikor felkereste Zajovicsné Vizér Bernadettet, hogy segítsen a Gyermek Osztály betegeinek szánt adományok átadásában.

Így valósult meg az a kórházi látogatás, ahol játék babák, traktorok, matricás füzetek és édességek találak gazdára, egy csipetnyi jókedvvel és sok-sok odafigyeléssel. A beteg gyerekek, mosollyal, örömmel és olykor megdöbben arccal fogadták a jótékony önkénteseket. Nem is csoda, hiszen nem minden nap sétál a kórház folyosóin Hamupipőke barátaival.

Azok, akik részt vettek valaha hasonló jótékony kezdeményezésekben, tudják, hogy ha adnak, sokszorosát kapják vissza. A Lurkó Alapítvány szeretettel várja az önkéntesek jelentkezését, nemre és korra való tekintet nélkül. Kezdjük el együtt!



Révfa kedvelt részén épülő nappali + 3 szobás ikerház dupla garázzsal, saját kerttel eladó. Jót jó helyen!
Ára: 47 M Ft. Tel: +36-70/372-0110

Apróhirdetés

Nádorváros Vásárcsarnokhoz közeli részén, három külön nyíló szobás, dupla előszobás lakás, sürgősen eladó! Irányár: 14.490.000 Ft. Érd.: 06-70/977-7844. Börcsön, 22,5 M Ft-ért, újszerű téglaház, jó helyen, 3 szoba+nappali. Különleges lehetőség! 06-70/459-2409

Győr-Ménfőcsanak I-en, 49 nm-es, 2 szobás panellakás eladó. Irányár: 12.990.000 Ft. Érd.: 06-70/977-7836.

Győrszentiván közkezdelt részén, 84 nm-es ikerházak, 400 nm-es saját telekkel eladók. Fűtőkész ár: 20.500.000 Ft. Érd.: 06-70/977-7836.

Győr-Árvárosban 2 szoba erkélyes, szigetelt panel-lakás sürgősen eladó! Csak kézpénzért! Ár: 12 M Ft. Érd.: 06-70/338-6708.

Rábapatonán, a Billibánc lakóparkban fűtőkész családi ház eladó! Ár: 15.848 M Ft. Érd.: 06-70/338-6708.

Győrtől 15 percre, teljesen felújított, 3 szobás családi ház, márciusi költözéssel eladó. Irányár: 9 M Ft. Tel.: 06-70/456-0470.

Eladó Győr-Ménfőcsanakban egy teljesen felújított panellakás. Ár: 13,8 M Ft. Tel.: 06-70/348-2013.

Eladó Győr-Ménfőcsanakban egy 2 szobás, erkélyes panellakás. Ár: 13M Ft. Tel.: 06-70/348-2013.

Gönyűn eladó egy szép családi ház, gyönyörű kerttel. Ár: 22 M Ft. Tel.: 06-70/348-2013.

Győrújfalun csendes utcájában, új építésű ikerház eladó! 76 nm, 3 szoba+nappali, 340 nm-es telek! Kiváló lehetőség minden korszálynak! Ár: 19.990.000 Ft. Érd.: 06-70/372-0113.

Győrtől 2 km-re fekvő Győrújfalun, kiváló elrendezésű, 3 szoba+nappali, 85 nm-es ikerház eladó! Ár: 20.500.000 Ft. Érd.: 06-70/372-0113.

Győr-Nagybácán eladó egy kiváló adottságokkal rendelkező, 794 nm-es telken található, 60 nm-es, felújítandó vagy bontandó családi ház! Ár: 13.000.000 Ft. Érd.: 06-70/372-0113.

Vámosszabadin, gondosan rendben tartott, 100 nm-es, 3 szobás családi ház, 1799 nm-es telekkel eladó! Ár: 16.900.000 Ft. Érd.: 06-70/372-0113.

Győrújbaráton, kétgenerációs családi ház, szép telekkel eladó. Ár: 26,5 M Ft. Érd.: 06-70/372-0105.

Győrújbaráton, egyszintes, 3 szoba nappalis, 5 éve épült ikerház, garázzsal, saját telekkel eladó. Ár: 26,9 M Ft. Érd.: 06-70/372-0105.

Győr-Révfauban, 27 lakásos, új építésű társasházban, lakások megvásárolhatók kedvező áron. További részletekért hívjon a 06-70/489-2011-es telefonszámon.

Győr-Szigetben, 5 percre a Belvárostól, új építésű társasházban lakások megvásárolhatók. Érd.: 06-70/489-2011.

Győrtől 15 km-re (Börcsön) eladó, egy felújításra szoruló, 90 nm-es családi ház! Irányár: 14.900.000 Ft. Tel.: 06-70/459-2458.

Győr-Belváros egyik csendes utcájában eladó, egy felújításra szoruló, akár 2 lakásos társasházra alakítható családi ház. Irányár: 48.900.000 Ft. Tel.: 06-70/459-2458.

Albérleteket keresek Győrben 50.000 Ft-300.000 Ft árkatégoriában! Érd.: 06-70/977-7838.

Győr-Ujvárosban, csendes utcában eladó egy új építésű, 116 nm-es, nappali+3 hálószobás családi ház, 207 nm-es telekkel! Irányár: 31,6 M Ft. Érd.: 06-70/977-7838.

Nyúlon, 3 szobás családi házba költözhet, panel árán!!! 1030 nm-es, gondozott udvar, pince. Akciós vétel! Irányár: 14,9 M Ft. Érd.: 06-70/977-7837.

Győr-Ménfőcsanak I-en, 68 nm-es, 3 szobás, erkélyes, igényes társasházi lakás eladó. Irányár: 14,9 M Ft. Érd.: 06-70/977-7837.

Győrújbarát festői környezetében eladó ez a szép ingatlan, 3663 nm-es telekkel! A 122 nm-es családi ház 32 nm-es teraszról örök panoráma tárul elénk. Irányár: 37,5 M Ft. Érd.: 06-70/977-7837.

Győr-Ménfőcsanak I-en, háromszobás, 53 nm alapterületű lakás, rövid költözési határidővel eladó! Irányár: 12,2 M Ft. Tel.: 06-70/459-3010.

Győr-Nádorváros kedvelt részén, 58 nm-es, téglalapítású lakás sürgősen eladó. Ár: 14,49 M Ft. Érd.: 06-70/977-7844.

Győr-Ménfőcsanak kedvelt részén, nappali + 2 szoba, újszerű lakás sürgősen eladó. Ár: 16,19 M Ft. Érd.: 06-70/977-7844.

Nyúlon, felújított családi ház, gondozott telekkel eladó. Ár: 13,9 M Ft. Érd.: 06-70/372-0105.

Győr-Szabadhegyen, családi ház, sok lehetőséggel, szép panorámával eladó. Ár: 39 M Ft. Érd.: 06-70/372-0105.

CREATIVE CHEF

Erőleves és vadas
kicsit másképp

Folytatódik a Creative Chef, az RTL Klub Konyhafőnök 2 című műsorának harmadik helyezettje, a győri Nagy Eszter gasztró rovata. Ezúttal marhahúsból készít ételeket, a tőle megszokott kreatív módon.



Marha erőleves hátszínes-gombás raviolival, zöldségspagettivel

1,5 kg marhalábszárcsont, egy szelet hátszín, kb. 20 dkg, 1 közepes zellergumó, pár szál fehérrépa, 4-5 szál sárgarépa, egy csokor petrezselyem, egy fej hagyma = marha alaplé). Raviolihoz: 15 dkg búzadara, 15 dkg finomliszt, 3 tojás sárgája, só, ha kell, kevés víz, egy csokor metélőhagyma, 10 dkg gomba, 15 dkg krémsajt, fokhagyma.

A csontból, a szelet hátszínből és a gyökérzöldségekből (egy nagyobb sárgarépa és egy fehérrépa kivételével) erőlevest főzök. Fontos, hogy minden hozzávalót hideg vízbe tegyek és nagyon lassan, gyöngyözve főzzem, különben zavaros lesz. A darából, a lisztből és a tojások sárgájából tésztát gyúrok, majd amíg nekilátok a tölteléknek, félreteszem



pihenni. A levesben főtt húst szálaire szedem, apróra vágom, majd a gombákat lepirítom. Ráreszelek egy kevés fokhagymát, hozzáadom az aprított metélőhagymát, sózom, borsozom, és a tűzről félrehúzáva, hozzáadom a krémsajtot és alaposan összekeverem. A pihentetett tésztát kinyújtom és a húsgombás töltelékéből kis halmokat helyezek a tészta egyik felére, egymástól megfelelő távolságra. Fontos, hogy a tészta másik felét úgy hajtsuk rá, hogy a töltelék és a tészta közé ne szoruljon levegő, különben az a főzés közben ki fog szakadni. Az ezután körbevágott tésztacskákat a leszűrt alaplében pár perc alatt készre főzöm. A félretett gyökérzöldségekből zöldségpárával szeleteket vágok, majd azokat egymásra helyezve vékonyan felcsíkozom és kb. egy percig a forró levesbe, a tésztacskákkal mellé dobom. A töltött tésztát és a zöldségspagettit a tányér közepére helyezem, majd felöntöm a forró alaplével.

Bánfalvy Stúdió és a Pesti Magyar Színház produkciója:

Vastag Csaba Görgényi Fruzsina
Kiss Ramóna Gesztési Károly
és Vastag Tamás

THE NO.1 PARTY MUSICAL!
Jim Jacobs Warren Casey:

GREASE

December 05.
szombat 19 óra
Audi Aréna

www.grease.hu

Fanny  PORT.hu muzsika  


FRITTMANN
Borkész


KONTYOS


TAKLER
Szekszárd


LISICZA


SABAR


CEZAR
PINCÉSZET


FONT
PINCÉSZET


BABARCZI
SZÉKESVÁROSI BORKESZÉSZ


Jásdi

Bor · Mámor

 **Borháló II.**
BORKERESKEDÉS

A tél legizgalmasabb boros rendezvényére hívunk, ahol "hús-vér" borászokkal találkozhatok, beszélgethatsz velünk, élvezheted a borokat, borkorcsolyákat és garantáljuk, hogy nagyon jól fogod érezni Magad!

PROGRAMOK:

- Kötetlen beszélgetés a borászokkal
- Hordóminták tesztelése
- Sétáló kóstolás
- Vak-kóstolás
- Élő zene

HELYSZÍN:
Eszterházy palota, Győr, Király u. - Széchenyi tér sarok
Rómer Flóris Művészeti és Történeli Múzeum, 9021 Győr, Király u. 17.

IDŐPONT:
2015. november 21. szombat 19⁰⁰-24⁰⁰
(Bármikor érkezhetsz, a programok folyamatosak, a borászok kitaratók...)

A BELÉPŐJEGY ÁRA: 2.990 HUF / FŐ
A belépőjegy tartalmazza a korlátlan borkóstolást a borkorcsolyákat is!

■ Az üzletünkben (Győr, Pálffy u. 3) megvásárolhatod nyitvatartási időben.
■ Regisztráció (gyor@borhalo.com) után, a helyszínen is megvásárolhatod.
■ Regisztráció nélkül a helyszínen, csak nagy szerencsével...

Ha bor, akkor Borháló!

Marha vadas mártással, vargányás szalvétagombóccal

60 dkg hátszín vagy rostélyos, 60 dkg sárgarépa, összesen 40 dkg zeller gumó, illetve fehérrépa, másfél fej hagyma, néhány gerezd fokhagyma, 2-3 dl alaplé, só, bors, kevés vaj, cukor, mustár, citromlé ízlés szerint. A szalvétagombóchoz: fél csomag szeletelt kenyér, 3 tojás sárgája, 15 dkg vaj, egy csokor metélőhagyma, 5-8 dkg vargánya, só, bors, 2 ek. tejföl a díszítéshez.

A húst 1,5-2 cm vastag szeletekre vágom és a sütésig szobahőmérsékleten pihentetem. A hagymát kevés olajon lepirítom, hozzáadom az aprított zöldségeket, a durvára vágott fokhagymát, jól átpirítom, majd felöntöm az alaplével és lefedve puhára párolom. Mikor az alaplé majdnem teljesen elfőtt, a zöldségeket cukorral, mustárral, kevés citrommal, borssal és egy kevés vajjal krémesre turmixolom. (Ha kell még, utána sózok.) A kenyeret felkockázom, majd serpenyőben átpirítom. Átöntöm egy nagy tálba, hozzáadom a vajat, a tojások sárgáját, az apróra vágott metélőhagymát. Az aprított gombókat kevés olívaolajon átpirítom, és ezt is a keverékhez adom. Sózom, borsozom és alaposan összecségyúrom. Az így kapott masszát háztartási fóliára helyezem és hengert formázok belőle. A hengert alufóliába csavarom és vízben kifőzöm, vagy a párolódó zöldségek tetejére helyezve gőzölöm. Fontos, hogy a hengert gőzölés után lehűtsük, így könnyebben tudjuk majd szeletelni. A húst közvetlenül sütés előtt sózom, majd tűzforró serpenyőben, kevés olívaolajon, oldalanként 1,5 percig sütöm (és minimum 3 percig pihentetem) Amíg a hús pihen, a szalvétagombócból ujjnyi vastag szeleteket vágok és mindkét oldalát olívás vajon átpirítom. Nincs más hátra, mint esztétikusan tálalni. Átlósan húzok egy kanál szószt a tányérra, erre helyezem a lepirított gombócokat és a pihentetett, felszeletelt húst. A vadas mártás többi részét külön tálkában a tányérra helyezem és pár csepp tejföllel díszítem :).

Rákóczi túrós pohárban



Fél kg túró, 30 dkg tejföl, fél dl tejszín, cukor (ízlés szerint), egy rúd vanília, egy citrom leve és héja, egy csomag zabkeksz, néhány ek. sárgabaracklekvár, pár szem aszalt sárgabarack, egy tojásfehérje, kb. 6-8 dkg cukor.

A világ egyik legegyszerűbb desszertje, viszont rendkívül látványos és finom. A túrót a tejföllel, a tejszínnel, a rúd vanília belsejével, a cukorral, a citrom levével és reszelt héjával krémesre turmixolom. A lekvárt pár ek. vízzel hígabbra keverem, a tojásfehérjét a cukorral habbá verem, és végül a kekszeket kézzel egy tálba morzsolom. Nincs más hátra, mint az egészet esztétikusan poharakba rétegezni. (Alulra tegyünk egy kis morzsát, rá néhány kanállal a túrókrémből, majd az egészet öntözzük meg a lekvárral. Mindaddig rétegezzük, míg a poharunk majdnem tele lesz.) A tetejére tegyünk néhány kanállal a cukros tojásfehérjehabból, amit néhány perc alatt enyhén barnítsunk meg a sütőben.



IV. Jóság Süti Vásár

Süss egy tálca finomságot, vedd el a kamrapolcra egy nyáron eltett befőttet, lekvárt!

Hozd ki nekünk az Adventi Vásárra!
Nézd, ahogy más boldogan "megvásárolja"!

Idén aztán tényleg **NAGYOT** álmodtunk!



Találkozunk **2015. november 27-28-29-én** a Dunakapu Téren!

Támogasd felajánlásaidkal, és vásárlásaidkal a **Magyar Gyermekmentő Alapítvány** győri autóját!

A részletekért keresd az **Ízes Mázos gasztró** oldalt a Facebookon!

www.facebook.com/izesmazos

Kiemelt támogatóink
A győri polgárok





Nyerj!

300 000 Ft

értékben tárgynyereményeket



JÁTSSZ MOST!

A játék időtartama: nov. 9 - dec. 16
A játék feltétele: 2000 Ft feletti vásárlás



Kisbajcson mindenki nyert

KÉP ÉS SZÖVEG: PANNON-VÍZ

Nyolc győri és Győr környéki iskolából érkeztek csapatok a kisbajcsi Vörösmarty Mihály Általános Iskolába, hogy környezetvédelmi és természetismereti vetélkedőn mérjék össze tudásukat.

A Pannon-Víz Zrt. győri munkahelyre, egy műszakos munkarendbe vízvezeték-szerelőt keres. A jelentkezéseket a 9025 Győr, Országút u. 4. vagy az iktato@pannon-viz.hu címre várják.

A gyerekek a gönyői Széchenyi István-, a győri Tulipános-, a Dunaszegi Körzeti-, a győrzámolyi Petőfi Sándor-, a Győrladaméri Községi-, valamint a győrszentiváni Váci Mihály- és Mórícz Zsigmond Általános Iskolából érkeztek a megmérettetésnek helyet adó kisbajcsi intézménybe.

A vetélkedőn a környezet és a természet szeretete mellett olyan tudásról adtak számot a felső tagozatos iskolások, amely csak elvéve szerepel az iskolai



tananyagban. A vízbázis és környezetvédelem, víztakarékosság, madárhang felismerése, vízfogyasztás népszerűsítése és környezetbarát víz- és csatorna-használat rejtelseibe szakemberek, pedagógusok és civil szervezetek munkatársai avatták be a kisiskolásokat. A vetélkedőn a házigazda kisbajcsi csapatnak sikerült az első helyet megszereznie. A nyertes csapat tagjai: Kovács Alexandra, Bazsó Botond, Takács András és Takács Kevin.

Fontos számunkra, hogy tudatosítsuk, hogy a szigetközi vízbázis európai léptékkel mérve is kiemelkedő értéket képvisel. Legyünk büszkéek erre a természeti kincsre, és vigyázzunk rá – foglalta össze a vízműves mondanivalót Tóth László, a Pannon-Víz Zrt. diszpécserszolgálat-vezetője –, meggyőződésem, ha ezt sikerült átadni a gyerekeknek, mindannyian a vetélkedő nyertesei lehetünk.

Szabó Miklós, a Kisbajcsi Vörösmarty Mihály Általános Iskola igazgatója zárszavában kifejtette, hogy a vetélkedővel szeretnének hagyományt teremteni, így jövőre is örömmel várják az újabb megmérettetésre a környékbeli iskolák csapatait. Megköszönte továbbá a Nyugat-magyarországi Egyetem Apáczai Csere János Karának, a Pannon-Víz Zrt.-nek, a Fertő-Hanság Nemzeti Parknak és a Reflex Környezetvédő Egyesületnek a vetélkedő megrendezéséhez nyújtott segítségét.

Az otthoni hulladéktüzelés káros a környezetre

A házi szemet otthoni égetése is hozzájárult több nagyváros levegőjének ideiglenes megromlásához a közelmúltban. Hogy ez ne alakuljon ki, Győr és a térség hulladékgazdálkodási rendszerének üzemeltetője, a GYHG Nonprofit Kft. a tüzelőberendezések helyes használatára hívja fel a figyelmet.

A barna fedeles kukába dobjuk

Hamu kihűlt állapotban, salak, kávézacc, ételmaradék, falevél, fűkaszalék, gyümölcs-héj és csutka, zöldségmaradék

üveg keménységű bevonat rakódik le, ami be is gyulladhat, veszélyeztetve az ingatlant és környezetét. A hulladékokkal történő tüzelés során jelentős mennyiségű káros anyag és por kerül szűrés nélkül a levegőbe, ami egészségkárosodást eredményezhet. A hivatalos hulladékégető üzemek viszont modern szűrőberendezésekkel, speciális filterekkel vannak felszerelve, a kibocsátás ellenőrzött.

Városunkban és további 111 településen a hamu a lebomló hulladékok gyűjtésére szolgáló barna fedeles kukában helyezhető el. Érdemes figyelni arra, hogy kukába dobás előtt a hamu mindenképpen hűljön ki. A hamut először fémvödörben ajánlatos tartani, majd miután kihűlt, lehet a műanyag hulladékgyűjtőbe dobni. Amennyiben a közzolgáltató tulajdonát képező kuka sérül vagy megolvad, leég vagy megsemmisül, akkor a használatnak a kárt meg kell térítenie. A hamu hideg állapotban történő kidobására különösen ajánlott figyelni, hiszen az olvadó, égő kuka akár a lakóházat is veszélyeztetheti.

Tojáspont a csarnokban

Újra élettel telt meg a halbolttal szemben lévő, az iparcikkbolttól jobbra nyíló üzletsor a Vásárcsarnok emeletén. Itt találjuk többek között a Tojás Pontot, ahol termelői áron vásárolhatunk friss tojást. Tóth Péter cégvezetőtől megtudtuk, a vállalkozás a Farm Tojás Kft. által előállított tojást forgalmazza, több méretben, kedvező áron. A tojásszaküzlet vezetője a termékismertetőjében kifejtette, a minőségi tojás a magyar konyha, a honi gasztronómia egyik meghatározó alapanyaga. Összetételét tekintve a tojás tökéletes táplálék, mert kiváló minőségű fehérjét tartalmaz, ugyanakkor szénhidrátmentes. Vitamin- és ásványianyag-tartalma kiemelkedő, karotinoid anyagai javítják a látást. Zsírszintje optimális, megfelelő arányban tartalmazza a telített és a telítetlen zsírokat. Koleszterintartalma az egészséges szervezet vérkoleszterinszintjét nem emeli. A Tojás Pontban a sült és főzve egyaránt elkészíteni ajánlott törekeny finomságon túl elérhetőek a rábaközi önkormányzatok által előállított termékek is. A kínálatban szerepel például a házi savanyúság, a bevált recept alapján készülő lecsó, valamint a hagyományos ízvilágot felidéző étel-ízestítő. A felhozatalban ugyan csak megtaláljuk a házi tésztákat, a kézművesszörpöket, a tökmagolajat és a csikvándi nektárt.



Piaci kosár

Tojás „M”-es méret
29 Ft/db

Tojás „L”-es méret
30 Ft/db

Tojás XL-es méret
36 Ft/db



11. 20.-11. 27.

MANGALICA TERMÉKEK
széles választékban kaphatók!

Mangalica vékony kolbász

 **2599,-^{kg}**

Pick sertés párizsi
400 g, 1247,50 Ft/kg

 **499,-^{db}**

Makréla olívaolajban,
125 g, 1840 Ft/kg

 **230,-^{db}**
BOMBA ÁR!

Farmer tejföl
20%-os, 330 g, 560,61 Ft/kg

 **185,-^{db}**

Banán 2015. 11. 20-21.

 **299,-^{kg}**

Premiko meggybefőtt
350 g, 625,71 Ft/kg

 **219,-^{db}**

Ajándéksomag készítését vállaljuk!
Üzletünkben telefonkártya egyenleg feltöltés is igénybe vehető!

Üzleteink:
CBA Kismegyer Győr, Mohi u. 9.
Prima Győr, Ifjúság körút. 36.
Prima Győr, Új-Élet u. 19.
Prima Győrzámoly, Ancsali u.
Prima Győrújbarát, Széchenyi körút.18.
CBA Delikát Győr, Árpád út 51.
CBA Delikát Győr, Mónus Illés u. 24/b.
CBA Delikát Győr, Kodály Zoltán u. 29.
CBA Delikát Győr, Szigethy Attila út 80.

ÁLLÁS

Angol nyelvtanórokat keresünk!
Információ: www.hatos.hu/karrier

Német nyelvtanórokat keresünk!
Információ: www.hatos.hu/karrier

Friss nyugdíjas gyermekgondozónő felügyeletet vállal Győrben és környékén, hétvégén is. 06-30/748-5407

Üzletvezetőt, eladót keresünk győri ruházati boltba! Jelenkezés fényképes önéletrajzzal az alábbi e-mail címen: laszloalbert68@gmail.com Érdelklődni a +36-30/901-1554 telefonszámon lehet.

Gyártósori operátorokat keresünk győri munkavégzésre, három muszkas munkarendbe. gyor@minosegellenor.hu Tel.: 06-30/697-2156.

SZOLGÁLTATÁS

Tetők javítása, szigetelése, bádogos-, ács-, kőművesmunkák végzése kedvezménnyel, garanciával. Tel.: 06-30/355-6991.

SZÉLVÉDŐ-JAVÍTÁS
Még a fagyok előtt hívjon!
Köfelverődés- és repedésváltoztatás
Marcal Mosonál
06-70-286-3665

Teljes körű lomtalanítást vállalom, akár díjmentes elszállítással. Érd.: 06-20/546-1450.

Sírkőtisztítás, felújítás Győr és vonzáskörzetében. 06-20/527-8179

Fakivágás, sövényvágás, gyökérki-vétel, ásás, metszés, bozótirtás, kaszálás, fűnyírás! 06-96/826-322, 06-30/403-6810.

Tetőszerkezetek építése, felújítása, bádogozás, előtetők, kocsibeállók, teraszok egyedi igények alapján. 06-30/597-0589

Gyermeke német nyelvet tanul? Segítséget igényel? Forduljon hozzám bizalommal! **Korrepetálást** vállalom alsó- és felső tagozatosoknak a Belvárosban, Győrben. Nagy tapasztalat, korrekt óradíjak! Érd.: 06-20/612-9035.

ETKA JÓGA kedden és csütörtökön 18-19.30-ig a **Mónus Illés utcai óvodában**, illetve szerdánként 17.30-19 óráig a **Bilux** (Netcar) Irodaházban (Jervány u.). Érd.: 06-30/998-2133.

Minőség és megbízhatóság!
Teljes körű vagy részleges lakásfelújítás.
A legjobb szakemberek egy helyen.
Velünk időt és energiát spórol!
3 év teljes körű garancia!
Molnár László
06-70/589-4899

SVÉDMASSZÁZS MUNKAHÉLYÉN, OTTHONÁBAN, ÜZLETHELYI-SEGEMBEN VAGY SZÁLLODÁKNAK! HÉTVEGÉN IS! 06-20/278-2991 HAJNALKA

Vizes, penészes lakásban él? Ha már megunt, hívjon! Ingyenes kiszállással, szak-tanácsadással. Tel.: 06-20/502-5966.

Mindenemű kárpitozást vállalom ingyenes felméréssel vidéken is. Tel.: 06-20/239-9198.

Szobafestés, mázolás, tapetázás, laminált padló lerakása, díszítő festések, homlokzafestés és gipszkarton rendszerek kivételzése. Tel.: 06-70/245-8931.

Győrben élő idősek otthoni ápolását, gondozását vállalja nagy gyakorlattal rendelkező, középkorú nő. Hívjon bizalommal! 06-30/451-5367

Lomtalanítás! Vállalom minden típusú lomtalanítást, igény szerint rakodókkal, teljes körű elszállítással, akár díjmentesen, hétvégén is. 06-20/944-6667

Költöztetés, fuvarozás, lomtalanítás, bútorkészítés, műszaki termék szállítása kedvező áron, 2900 Ft-tól! 06-30/542-0720

Régi kapuk, kerítések felújítása, újak készítése, lakatosmunkák, ajtó-, ablak- és zárjavítás, költségkímélő megoldások. Tel.: 06-70/223-7957.

Lomtalanítást vállalom, igény szerint, ingyen elszállítjuk felesleges holmiját pincéjéből, padlásáról, lakásából, ill. udvaráról. Hívjon bizalommal! Non-stop tel.: 06-70/675-0654.

Hívjon bizalommal! Teljes körű lomtalanítást vállalom. Tárolást, garázsát kitarantom. Fel-legességé vált holmiját ingyen elszállítom. Stuka Tibor: **06-30/217-0848.**

EGYÉB

Dióbelet vásárolunk! Győr, Nádor utca 21. 06-20/979-5105

Kézpénzért antik bútort, festményeket, herendi és Zsolnay-porcelánt, ezüsttárgyakat, könyveket, antik órákat, szőnyegket, teljes hagyatékat vásárolunk. Hívjon bizalommal! 06-70/640-5101. Kérésre házhoz megyünk!

SZÉP-KÁRTYA, Erzsébet-utalvány elfogadása és beváltása. 06-70/564-2280

FEMOL AUTÓUDVAR
Győr, Fehérvári út 79. **96/519-300 30/9015-808**
Bizományos értékesítés RÖVID HATÁRIDŐVEL, TÁROLÁSI DÍJ NÉLKÜL!
HITELÜGYINTÉZÉS Kézpénzes autófelvásárlás

MOZGÁSGYÓGYÁSZATI FIZIKAI FÁJDALMAK, SÉRÜLÉSEK, ZSIHBADÁSOK, GERINCBAJTALMAK, IZOMSORVADÁS, GYÓGYKEZELÉSE Samodai +36-30/754-3112 www.egeszseg-ovo.hu

Bélyeget, képeslapot, pénzt, kitüntetést (náci, Wafflen-SS is), jelvényt, könyvet, egyéb régiséget vásárol magánygyűjtő. Pál István. Tel.: 06-20/947-3928.

INGATLAN

Győr-Révfaluban, az Audi Iskola közelében, 78 nm, nap-pali+3 háló, 1. emeleti lakás, 9 lakásos társasházban, nyugodt zsákutcában eladó. Irányár: 26.490.000 Ft + garázs (2.500.000 Ft). Érd.: 06-30/974-2889.

Győr-Nádorvárosban, gázfűtéses, egy szobás, bútorozott, felszerelt lakás kiadó. Tel.: 06-30/302-6149.

ingatlan.com
A legkisebb ingatlan egy helyen.

Mezőörs, 1910 nm-es telken, 80 nm-es családi ház eladó. 2 + 1 fél szobás. Ár: 11,5 M Ft. 06-70/325-3633 www.ingatlan.com / 21739559

Gönyű, Madársírkas utca, 678 nm-es telken, 60 nm-es családi ház eladó. Ár: 8,9 M Ft. 06-70/325-3633 www.ingatlan.com / 21739519

Győr, Hédervári út, 720 nm-es telken, 140 nm-es családi ház eladó. A tetőtér beépített. Ár: 46 M Ft. +36-20/296-2426 www.ingatlan.com / 21621093

LAKÁSCSERE

Belvárosi, 3 szobás, 74 nm-es, komfortos, teljesen felújított, egyedi gázfűtéses, határozatlan bérleti szerződéses lakást cserélné 68-75 nm-es, 1+2 fél szobás, határozatlan idejű bérletre. Újváros, Bán Aladár utca kizárva. (Hirdetésszám: 504.) Érd.: Győr-Szol Zrt., 96/511-420.

Szigeti, 1 szobás, 50 nm-es, komfortos, egyedi gázfűtéses, határozott idejű, felújított, bérleti szerződéses lakást cserélné 1+2 fél vagy 3 szobás 60-70 nm, határozatlan-határozott idejű bérletre. Újváros kizárva. (Hirdetésszám: 404.) Érd.: Győr-Szol Zrt., 96/511-420.

Nádorvárosi, 2 szobás, 76 nm-es, összkomfortos, felújított, határozott bérleti szerződéses lakást cserélné, 3-4 szobás 90-100 nm, határozott-határozatlan idejű bérleti szerződéses bérletre. Föld-

szinti, 10. emeleti, újvárosi, Bán Aladár utcai lakás kizárva. (Hirdetésszám: 405.) Érd.: Győr-Szol Zrt., 96/511-420.

Gyárvarósi 1 szobás, 44 nm-es, egyedi gázfűtéses, határozott bérleti szerződéses, felújított, jó lakókörnyezetben lévő lakást cserélné 3 szobás, határozott-határozatlan idejű bérletre. Adyváros, Sziget, Újváros kizárva. Tartozás átvállalása lehetséges maximum 300 E Ft-ig. (Hirdetésszám: 406.) Érd.: Győr-Szol Zrt., 96/511-420.

Adyvárosi, összkomfortos, 49 nm-es, 2 szobás, távfűtéses, határozott bérleti szerződéses, felújított, járólappal lakást cserélné marcalvárosi, adyvárosi, nádorvárosi, komfortos/összkomfortos, 1+2 fél vagy 2+fél szobás, gáz- vagy távfűtéses, határozatlan-határozott bérleti szerződéses lakásra. (Jó állapotú, lift nélküli épületben csak a II. emeletig.) (Hirdetésszám: 19.) Érd.: Győr-Szol Zrt., 96/511-420.

Belvárosi, komfortos, 62 nm-es, 2+fél szobás, gáz- konvektoros, határozatlan bérleti szerződéses, konyha belső udvarra néző, megvásárolható lakást cserélné nádorvárosi, belvárosi, komfortos vagy összkomfortos, 35-40 nm-es, 1+fél vagy 1+hálós szobás, gáz- vagy központi fűtéses, határozatlan bérleti szerződéses, maximum II. emeleti lakásra. (Hirdetésszám: 20.) Érd.: Győr-Szol Zrt., 96/511-420.

ÉPÍTŐANYAG

NÁLUNK OLCSÓBB!
YTONG falazóelemek;
SILKA hanggátló téglák;
MULTIPOR belső oldali hőszigetelő lapok.
YTONG-iroda: Győr, Bácsai út 148/E. Telefon: 96/331-395
YTONG-raktár: Győr, Fehérvári út 75. Tel.: 96/417-957; Mobil: 30/9588-852
www.y-tong.hu

WOLF
ORVOSI MŰSZER
központi irodájába keres
RAKTÁROST.
FELTÉTELEK:
Minimum 5 év raktározási, anyagmozgatási gyakorlat, "B" kategóriás Jogosítvány Középfokú végzettség
ELŐNY: Logisztikai tapasztalat, Elektromos targoncavezetői jogosítvány, Győri lakhely.
Várjuk fényképes önéletrajzzal, fizetési igény megjelölésével:
WOLF ORVOSI MŰSZER KFT. 9027 Győr, Csörgőfa sor 4. szilard@wolforvosimuszer.hu

INGYENES LÁTÁSELLENŐRZÉS
ÉS SZAKTANÁCSADÁS
Csak nálunk!
Multifokális lencsék 40-50% kedvezménnyel 29.800 Ft-tól
Az akció november 1-30-ig tart. Ajánlatunk 1 pár HOYA szemüveglencsére vonatkozik. A részletekről érdeklődjön üzletünkben! Egységsszignetárral kártya elfogadó hely.

Gold Optika
Győr, Arany J. u. 32-34. (Raiffeisen bank mellett)
Telefon: 96/519-868, 30/846-26-71

Szilveszter buli haverok Amstel Hattyú Fogadó!
Fereteges óév búcsúztató az Amstel Hattyú Fogadóban!
Zenél a Ret-Rock együttes!
A sztárvendég Ön és a jó hangulat!

Győr,
Tollésszer u. 18.
Tel.: 36-96/518-423,
Fax: 36-96/524-877
e-mail: info@amstelhattyu.eu
www.amstelhattyu.eu

MUNKALEHETŐSÉG
TANULJ NÁLUNK ÉS DOLGOZZ
ŐCEANJÁRÓ HAJÓN.
CREW BAY

Tanfolyamunk sikeres elvégzése esetén munkalehetőséget biztosítunk **PINCÉR-FELSZOLGÁLÓ, BARISTA** munkakörben.
Tanfolyam kezdete: **2015. november 28.**
Telefon: +36 30 479 90 70
Akcióinkért keresd a www.tengerrefel.eu-t!

FELHÍVÁS
A Győr Projekt Kft. licit útján bérbé adja az **AQUA SPORTKÖZPONT BÜFÉ HELYSÉGÉT.**
Az árverési hirdetmény 2015. november 25. napjától igényelhető a gyorprojekt@gyorprojekt.hu email címen vagy a +36-20/290-6843 telefonszámon.

KÉPKERETEZÉS
tükör, gobelin, Tiffany üveg, festmény, poszter, repro
Bécsikapu Galéria • Anno 1992
Győr, Bécsi kapu tér-Király utca sarok. Ny: h-p 9-13, 14-17, sz.: 10-12.
Tel.: 20/365-8804, 96/310-137, email: becsikapugaleria@gmail.com
Facebook: Képkerekezés Győr

RÉVFALUBAN
öt lakásos új építésű társasházban, egy 3+1 szobás 115 m²-es déli lakás 37 m² terrasszal, hőszivattyúval, panorámaablakkal, lifttel, légkondíval, teremgarázzsal, ILLETÉKMENTESEN **ELADÓ.**
Irányár: 49,9 M
Érd.: 70/240-70-50

ELAVULT A GÁZKAZÁNJA, FŰTÉSI RENDSZERE?
KONDENZÁCIÓS gázkészülékek beépítésével akár **20-40% ENERGIAMEGTAKARÍTÁS**

- fűtőkorszerűsítés
- helyszíni felmérés
- teljes körű ügyintézés
- gázkészülékcseré

rövid határidővel, akár egy nap alatt
BOSCH ARISTON IMMERGAS márkaszerviz
Mester-Gáz Szerviz • 9022 Győr, Újkapu u. 3. • Nyitva: H-P 7.30-16.00
Tel.: +36-20/239-9898 és +36-96/335-443 • www.mestergaz.hu

„Karácsonyra megtaláljuk Önnek is az ÉDES OTTHONT!”

ÓRIÁSI KARÁCSONYI AJÁNDÉKÖZÖN

AZ ÉDES OTTHON INGATLANIRODÁBAN!

2015. november 28-án 9–17 óra között NYÍLT NAPOT TARTUNK,

ahol válogathat ingatlankínálatunkból!

Minden érdeklődőt sok szeretettel és sok meglepetéssel várunk az irodánkban! Minden 10. látogatónknak **ajándéksomaggal** kedveskedünk, a hitelt felvevőknek garantáltan min. **10.000 Ft értékű** ajándékutalványt adunk, valamint a nap végén az irodában regisztráltak között egy **10.000 Ft értékű** vacsorautalványt is sorsolunk!

MINDEN VEVŐNKNEK, AKI 2015. DECEMBER 7-IG LEFOGLAL NÁLUNK EGY INGATLANT, 4*-OS, 2 FŐ RÉSZÉRE SZÓLÓ, 2 ÉJSZAKÁS WELLNESS HÉTVEGÉT ADUNK AJÁNDÉKBA!

Győr-Sárason 42 nm-es, szigetelt ház-kó eladó. A házban az amerikai konyhás nappalin kívül egy hálószoba található. A fűtést fatüzelésű kályha biztosítja, de a telken belül található a gáz is, így könnyen átalakítható a fűtési rendszer. A meleg vizet villanybojler adja. A telken fűrt kút van, ezért az öntözést ingyen megoldhatjuk. A házhoz egy fatároló és egy kamra lett hozzáépítve. A házról 10 cm hangarocell szigetelést kapott. A műanyag nyílászárók redőnnel és szűnyoghálósá lettek ellátva. Hívjon! Ide csak költözni kell!

Ár: 11 M Ft. Érd.: 06-70/866-7424.
pozsgai.eva@edesotthongyor.hu



Győr rohamosan fejlődő részén, a Pacsirta lakóparkban, a Belvárostól mindössze néhány percre, csodálatos kertvárosi környezetben épül ez a minden igényt kielégítő, kétszintes társasház. Minőségi munka, kiváló kivitelezés!!! Az impozáns kialakított épületben 39 és 60 nm közötti lakások közül választhat. Kisebb lakást keres, egy- vagy kétszobás? Akkor ez a megfelelő választás! Ez az 42 nm-es lakás az első emeleten található. Elosztása kiváló, az amerikai konyhás nappali mellett kialakításra került 1 hálószoba, valamint fürdőszoba és WC. A nappaliból a 4,41 nm-es teraszra léphetünk. Fekvésének köszönhetően rendkívül világos!!

Ár: 10,9 M Ft. Érd.: 06-30/640-8794
budai.monika@edesotthongyor.hu



Győr-Révfaluban, új formában, elegáns társasházi környezetben került kialakításra ez a remek elosztású lakás. A liftes, 4 szintes társasház minden szegletére magas minőségű kivitelezés jellemző, a modern kori építészeti előírásoknak megfelelően. Főfalak 30 cm vastagok. Porotherm téglá + 10 cm Austrotherm hőszigetelő rendszer, műanyag nyílászárók, 3 rétegű üvegezéssel. Két lakás várja még tulajdonosát az 1. és 3. emeleten. Mérete: 61,76 nm-es 6,50 nm terasszal. Elosztása: nappali + 2 szoba. Az ingatlan emelt szintű fűtőkészlettel kerül átadásra, de igény szerint kulcsra készen is kérhető.

Ár: 19,5 M Ft. Érd.: 06-30/376-3718,
thanita2@gmail.com



Győrtől 10 km-re, Nyúlon, a faluközpont közelében, de mégis csendes utcában eladó egy 180 nm-es családi ház. A ház a '90-es években épült, 10 éve teljes felújításon esett át, esztétikai felújítások (pl. járólappcsere) két éve folyamatosan történtek. A ház nyílászáróit a tulajdonosok márciusban korszerű műanyagra cserélték, melyek redőnnel és szűnyoghálósá lettek ellátva. A parkosított udvaron található egy különálló garázs, műhely, melynek mérete kb. 50 nm. Úgy építették, hogy



akár önálló lakrésznek is kialakítható. Az öntözéshez fűrt kút biztosított.

Ár: 40 M Ft. Érd.: 06-70/866-7424
pozsgai.eva@edesotthongyor.hu

Győr-Ménfőcsanakon kínálatunk eladásra ezt az igényesen berendezett, gyönyörű lakást. A 62 nm-es, erkélyes lakás, 2008-ban épült társasház első emeletén található. Az amerikai konyhás nappali mellett kialakításra került 2 szoba. A nappaliból nyílik a 13 nm-es terasz, melyet kitekerhető napellenzővel láttak el. A lakás fekvésének köszönhetően, rendkívül világos! Fűtése padlófűtéssel és radiátorokkal megoldott. Rezsije a hidegebb hónapokban sem magas. A lakáshoz garázs és egy gépkocsi-beálló tartozik. Igény esetén teljes bútortalattal együtt eladó.

Ár: 21,9 M Ft. Érd.: 06-30/640-8794.
budai.monika@edesotthongyor.hu



Győr Belvárosában, az Árkád közelében eladó ez a 113 nm-es, nagy teraszos lakás. Az ingatlan 2015-ben épült, liftes társasház 4. emeletén található. A belső kétszintes lakás elosztása kiváló, a földszinten amerikai konyhás nappali mellett kialakításra került 2 szoba, fürdőszoba, valamint WC. Az emeleten 3 hálószoba, valamint fürdőszoba kapott helyet. A lakás különlegessége a nappaliból megközelíthető 11,54 nm-es terasz, amelyről gyönyörű kilátás nyílik a Belvárosra.

Ár: 39,9 M Ft. Érd.: 06-30/640-8794.
budai.monika@edesotthongyor.hu



Igazán otthonos ingatlant keres, csendes, családbarát környéken? Itt a lehetőség!!! Győr-Kisbácsán, a Votinszky utcában kínálatunk eladásra ezt a magasföldszinti, igényesen kialakított, erkélyes lakást. A 74 nm-es ingatlan 2002-ben épült, 4 lakásos társasházban található. Elosztása kiváló, az amerikai konyhás nappali mellett kialakításra került 2 szoba, fürdőszoba, külön WC, valamint kamra. A nappali laminált padlóval, a konyha előszoba-étkező pedig járólappal burkolt. Igazán fiatalos és rendkívül világos lakás. Fűtése gázkazánal történik, rezsije a téli hónapokban sem magas. 29 nm-es saját tároló, valamint zárt udvaron gépkocsi-beálló is tartozik hozzá.

Ár: 24,9 M Ft. Érd.: 06-30/640-8794.
budai.monika@edesotthongyor.hu

Eladó lakás az ETO Parkhoz közel. Egy 8 lakásos társasházban, az Ipari úton, a földszinten található ez az 55 nm-es téglalakás. Az ablakok egy nyugodt, csendes utcára néznek, tehát idősebbeknek, nyugalmra vágyóknak is ajánljuk. A fűtést gázkonvektorok biztosítják, illetve redőnyök is szigetelik a részben műanyag és a faablakokat. A szobákban jó állapotú parketta található. A lakás nagyon jó elosztású, a konyha mérete is megfelelő egy családi vacsorához, illetve egy kis kamra is része még a konyhának. A közös költség 6000 Ft havonta. Az ingatlan saját tárolóval rendelkezik az alagsorban.

Ár: 13,3 M Ft. Érd.: 06-30/483-8257
nagyzygyor@indamail.hu

Győr-Pinnyéd csendes részén kínáljuk eladásra ezt az 1980-ban épült, több generáció számára is alkalmas családi házat. Az ingatlan 968 nm telken fekszik, 230 nm alapterületű, s két különálló bejáráttal rendelkezik. Az utcáfronthoz közelebb eső kisebbik lakrész 50 nm-es, nappali+1 szobás, konyhával és fürdőszobával. Vállalkozásra, kiadásra is kiváló lehetőséget biztosít. A kreatív elrendezés, belső kétszintes nagyobbik lakrész tágas étkező-konyha párost takar, emellett 3 szoba és 2 fürdőszoba is kialakításra került.

Ár: 22,9 M Ft. Érd.: 06-30/640-8794.
budai.monika@edesotthongyor.hu

Győr-Révfaluban épül ez a 18 lakásos társasház. A 2. emeleten elhelyezkedő tetőtéri lakás bruttó 53,99 nm, nettó 45,78 nm. Az amerikai konyhás nappalin kívül egy hálószoba került kialakításra. A nappalihoz csatlakozik a mintegy 5 nm terasz. Fűtőkészlet ár: 16.446.150 Ft. Kulcsra-kész ár: 17.751.400 Ft. Az épületben a 18 lakásos kívül garázsok és zárt udvari gépkocsi-beállók vásárlására is van lehetőség. A nagyméretű, 20 nm-es garázs ára **3.400.000 Ft, a gépkocsi-beállóké 500.000 Ft.**

Érd.: 06-70/866-7424 pozsgai.eva@edesotthongyor.hu



Győr-Ménfőcsanakon eladó ez a 72 nm-es, erkélyes lakás. Az ingatlan egy hatlakásos társasház földszintjén található. Elosztását tekintve amerikai konyhás nappali+3szoba, ezért kiváló lehet nagyobb családok részére is. Amit kiemelnek, hogy egy külön WC is helyet kapott. A konyha teljesen gépesített, sütő és elszívó is beépítésre került. A szobák laminált padló burkolattal vannak ellátva, a konyha, étkező és nappali járólappal lett burkolva. A lakásban a riasztórendszer is ki lett építve. A konyhai részen beépítésre került egy tojájtós szekrény, ami hatalmas pakolási lehetőséget biztosít, és természetesen itt marad az új lakók részére.

Ár: 19,8 M Ft. Érd.: 06-20/579-1037.
horváth.klaudia@edesotthongyor.hu



Győr-Pinnyéden, csendes utcában épül ez az exkluzív kialakítású, skandináv stílusú, 6 lakásos sorház. A lakás 140 nm-es belső kétszintes, de a felső szint is teljes értékű színt. A nappalihoz csatlakozik a fedett terasz, melynek méretét igényei szerint növelheti, valamint a több mint 200 m²-es kert. A felső szinten található 3 hálószoba, fürdőszoba, WC, háztartási helyiség. Ezen a szinten mindegyik szobához kapcsolódik terasz. A garázs benne foglaltatik az árban. A második autó számára zárt udvari gépkocsi-beálló vásárolható.

Bomba ár: 29,9 M Ft. Érd.: 06-70/866-7424
pozsgai.eva@edesotthongyor.hu



ELADÓ PANELLAKÁSOK

Győr-Adyvárosban eladó ez az igényesen felújított panellakás. A 62 nm-es lakás 10 emeletes társasház 6. emeletén található. Elosztását tekintve 1+2 fél szoba+hall. Az ingatlan teljes felújításon esett át. A villany- és vízvezetékeket kicserélték, minden helyiség új burkolatot kapott, műanyag ablakok, valamint redőnyök kerültek beépítésre. A konyha teljesen gépesített, beépített hűtővel, főzőlappal, és mosógéppel. A kisebb szobához kapcsolódik a beépített loggia, mely beépített szekrénnel ellátott. A lakásban több egyszintes készített beépített szekrény található, melyek a vételár részét képezik. A lakáshoz alacsony bérleti díjas tároló tartozik. Az ingatlan egészségügyi festést követően azonnal költözhető. Kiválóan alkalmas fiatal pároknak, vagy befektetőknek.

Ár: 14,7 M Ft. Érd.: 06-30/640-8794.
budai.monika@edesotthongyor.hu

Győr-Marczaváros I-en, a Répce utcában eladó ez a 4. emeleti, erkélyes panellakás. Az 55 nm-es lakás elosztása 1,5 szoba+hall. Az ingatlan részben felújított, műanyag ablakok, redőnyök, valamint új biztonsági bejárati ajtó került beépítésre. Redőny került az erkély külső részére is. Az előszoba járólappal, a szobák laminált padlóval burkoltak. A lakás fekvésének köszönhetően rendkívül világos. A környék infrastruktúrája kiváló. A közelben boltok, orvosi rendelő, gyógyszertár, iskola, óvoda megtalálható. Kiválóan alkalmas fiatal pároknak, valamint befektetőknek!

Irányár: 13,3 M Ft. Érd.: 06-30/640-8794.
budai.monika@edesotthongyor.hu

Győr-Marczaváros I-en eladó ez a felújított, 49 nm-es, 4. emeleti, 2 szobás panellakás. Teljes felújításon esett át, ami magában foglalja a külső hőszigetelést, új műanyag ablakokat, amik redőnnel és szűnyoghálósá kerültek beépítésre. A konyha, fürdőszoba és WC új burkolatot kapott. A konyhabútor is új, egysíves kialakítású. A radiátorokat egyedi mérőórakkal látták el. Az elektromos vezetékek és fűtőcsövek cseréje is megtörtént.

Ár: 13,7 M Ft. Érd.: 06-30/376-3718.
thanita2@gmail.com

Adyváros frekvenciált részén eladó ez az 55 nm-es, 1+2 fél szobás, erkélyes panellakás. A 6. emeleten helyezkedik el. A lakás teljesen felújított, ezenkívül redőny, szűnyogháló és 2 klíma is van. A ház, már külső szigetelésen is átesett, ezért egyedi hőmennyiségmérővel is ellátott.

Irányár: 14,5 M Ft. Érd.: 06-30/640-8794.
budai.monika@edesotthongyor.hu

5. A Török István úton, szigetelt tömbben, 4. emeleti, 64 nm-es, háromszobás + hall+ loggiás, felújított lakás eladó. A fűtés korszerűsített, egyedi mérőórakkal szabályozható, valamint a műanyag ablakok is remek szigetelést biztosítanak. A közelben 5 perc sétára minden megtalálható: orvosi rendelő, piac, élelmiszerbolt stb. A Belváros egy kényelmes sétával szintén könnyedén megközelíthető.

Ár: 15,2 M Ft. Érd.: 06-30/483-8257
nagyzygyor@indamail.hu

Győr-Szabadhegy legjobban részén eladó ez a tóra néző, 49 nm-es lakás. Az ingatlan 4 emeletes 2. emeletén helyezkedik el. A felújítása már részben megtörtént, a szobák laminált parkettásak, a bejárati ajtó is új, és festett falak vannak. A konyhában saját ízlésű konyhabútor helyezhető el. Azonnal költözhető. Hívjon, ha jól keres, jó áron!

Ár: 12,6 M Ft. Érd.: 06-70/425-5590
info@edesotthongyor.hu

Adyvárosban, a Kodály Zoltán úton található ez a tizedik emeleti, jó állapotban levő panellakás. Az erkélyt a kisebbik szoba megnagyobbítás céljából beépítették, ami ezáltal remek helyet kínál egy íróasztalnak vagy egy játektárolónak. A lakás világos és ablakaiból szép kilátás tárul elénk. Remek lehetőség a nyugalmat és csendet kedvelőknek, ugyanis ide már nem hallatszik fel az utca zaja.

Ár: 12,6 M Ft. Érd.: +36-30/483-8257
nagyzygyor@indamail.hu

CSAK AZ ETO

A legvégén fordítottak

Remek második félidei játékkal a Győri Audi ETO KC – Heidi Löke utolsó másodpercben lőtt góljával – legyőzte a vendég Vardar Szkopjét a női kézilabda Bajnokok Ligája ötödik fordulójában. A zöld-fehérek az első játékrész alatt nem igazán tudták felvenni a játék ritmusát, többnyire a macedónok akarata érvényesült. A fordulás után aztán magukra találtak a győri lányok és sikerült megszerezniük a vezetést. Aztán az utolsó 10 percben újra felélénkült a Vardar játéka, olyannyira, hogy az utolsó percben ki is egyenlítették. Az utolsó támadását azonban jól tudta kihasználni az ETO, Görbicz passzát követően Löke kezébe került a labda, ő pedig nem hibázott, így 28–27-re nyert a Győr. A zöld-fehérek a záró körben, vasárnap a Midtjylland vendégeként lépnek pályára.



Nem jutott a négyes döntőbe a Rába ETO

Az elmúlt héten Győrben rendezték meg a futsal Bajnokok Ligája elitkörét, a magyar bajnok Rába ETO FC, a kazah Kairat, az orosz Yugorsk és a cseh Chrudim részvételével. A győriek elsőként a cseh Chrudim ellen csatáztak, ahol 3–3-as döntetlent játszottak, míg a Yugorsk 5–2-re legyőzte a Kairatot. A házigazda többi mérkőzése viszont lapzártánk után zajlott, így most nézzük, hogyan alakult a Rába ETO BL-szereplése. A BL elitkör második napján a házigazda Győri ETO FC az orosz együttesrel játszott, ahol igazából nem sok esélye volt a Yugorsk ellen. A vendégek viszonylag könnyedén, 5–2-re győztek, és ezzel az is eldőlt, hogy az ETO már nem juthat a BL Final Four-ba. A játéknapi találkozója a csehek 4–1-re kaptak a kazahoktól.

A zöld-fehérek utolsó meccsüket a címvédő, Kairat ellen játszották. A kazah csapat az első félidőben kétszer is megszerezte a vezetést, de előbb Alex, majd Dróth Zoltán egyenlített. A második játékrészben fordított volt a leosztás, a győriek kerültek előnybe kétszer, és a vendégek egalizáltak. Sajnos ezzel még nem ért véget a gólok sora, az Almati kapusa, Higuita a felezővonalról bebombázta a labdát, ezzel a kazah gárda, 4–5-re megnyerte a mérkőzést. A játéknapi másik találkozóján a továbbjutó Yugorsk 6–0-ra győzött a Chrudim ellen.

Könnyed hazai győzelem

A Vecsés együttese vizitelt az Agrofeed-ETO-SZESE otthonában a férfi kézilabda NB I/B-s bajnokság elmúlt fordulójában. Fontos pontokért hajtottak a győri fiúk hazai közönségük előtt, ugyanis a zöld-fehérek a fordulót megelőzően a 8. helyen álltak, ám az előttük álló négy csapat mindössze egy ponttal állt a mieink előtt. Győzelem esetén pedig feljebb kerülhettek volna a bajnoki tabellán. Az első pár percben még jól tartották magukat a vecsésiek, aztán sikerült négy góllal is ellépni. Sőt a folytatásban ezt még tovább növelték, így előfordult, hogy már hattal is mentek a Deáki-leányok. A félidő 11–6-os hazai vezetéssel zárult. A fordulás után is jól folytatták Szabóék, a vendégek pedig hiába próbálkoztak, hatnál közelebb nem tudtak zárkózni. Sőt a hajrában ez a különbség csak még tovább nőtt. Végül magabiztosan, 24–17-re nyertek a zöld-fehérek, ezzel megelőzték a riválisukat a tabellán, és a hatodik helyre ugrottak.

Ötöst kapott az Andránhida az ETO-tól

Az ETO FC Győr ott folytatta az Andránhida elleni meccset, ahol a diósdí győztes találkót abbahagyta, gyors gólokkal. Az elsőt a 6. percben szerezte a csapat, amikor Vankó felívelt szabadrúgására a védők között ugyan csak egy hátvéd, Nagy Ádám érkezett. A 11. percben Illés szögleténél hibázott nagyot az ellenfél kapusa, ezt a sanszot pedig Mayer nem hagyhatta ki. Az első félidőben az ETO játszott mezőnyfőlányban, de helyzetekig még ritkábban jutott, mint a szünet után, amikor ötletesen, lendületesen játszott a hazai csapat. Az 55. percben Illést buktatta az Andránhida kapusa. A megítélt tizenegyest

Weitner lőtte a kapuba. A 65. percben Németh Márk bal oldali beadására Mayer érkezett, és 11. bajnokságbeli találatával átvette az első helyet a góllövőlistán is. Ezzel lett 4–0. Tíz perccel később az ETO negyedik pontrúgás utáni góljával Weitner állította be az 5–0-ás végeredményt. Az ETO a tabellán 16 forduló után a 4. helyen áll, és hétvégén a 3. helyezett Dorog otthonában lép pályára.

Kettős győzelemmel a labdarúgó Eb-n



A magyar labdarúgó-válogatott 44 év után szerepelhet ismét Európa-bajnokságon: a csütörtöki, 1–0-ás idegenbeli sikert követően, vasárnap hazai pályán 2–1-re múlta felül Norvégiát pótszelejtezőn, így kettős győzelemmel jutott ki a 2016-os, franciaországi kontinensviadalra.

Három meccs, három vereség

A francia Angers csapatát fogadta a CMB Cargo UNI Győr a női kosárlabda Európa Kupa 3. fordulójában. Nem szerepel igazán jól a Győr a nemzetközi porondon, két vereségbe is beleeszeltek az első két körben. Laklóthék az Európa Kupában a portugál Sportivától 9, a belga Namurtól 6 ponttal kaptak ki. Következett a folytatásban a 14 csapatos francia élvonal 11. helyén álló Angers.

Az első kosár még a győrieké volt, a következő percekben aztán többnyire a vendégek akarata érvényesült. Az első negyed végéig 10 ponttal elléptek a franciák. A folytatásban sikerült egyenlíteniük a zöld-fehéreknek, Völgyi Péter vezetőedző együttese ugyanis 18–8-ra nyerte a második 10 perct.

A szünet után sokáig kiegyenlített játékot láthatt a közönség, aztán a vendégek átlépték a 10 pontos határt, ez a különbség pedig a meccs végéig folyamatosan nőtt. A mezőnyből csupán harminchat, a büntetővonalról ötvennyolc százalékkal célzó Győrnek nem volt esélye a győzelemre a sokkal összeszedettebben játszó Angers ellen. A francia csapat 70–53-ra nyert, a CMB Cargo UNI Győr pedig elkönnyvelhette harmadik Európa Kupa csoportmérkőzésén harmadik vereségét.



A tabella élére álltak

Rangadó várt a hétfvén a CMB Cargo-UNI Győrre a női kosárlabda-bajnokságban, ugyanis Laklóthék a listavezető, eddig hibátlan Ceglédet fogadták az Egyetemi Csarnokban. Jobban kezdtek a mieink, 10–2-re elhúztak a negyed közepére, mire időt is kért a vendégek mestere. Ám még ezután is Radocajék uralták a játékot, és csak az etap végére sikerült némiképp felzárkóznia a Ceglédnek, 16–12. A második negyed eleje szorosabbra sikeredett, aztán a szakasz közepét nagyon megnyomták a mieink és megleptek a vendégektől. 38–24-es állásról fordultak a csapatok. A harmadik etap nagy részében felváltva estek a kosarak, aztán kicsit megakadt a mieink játéka és tízre is feljöttek a vendégek, ám jókor jött Laklóth és Horváth pontjai. A negyed 55–43-as győri vezetéssel zárult. A záró felvonásban is többnyire a mieink akarata érvényesült és simán behúzták a meccset, ezzel itthon tartva a bajnoki pontokat és átvéve a vezetést a bajnoki tabellán. CMB Cargo-UNI Győr–Cegléd 75–64.

Laklóth Anna a mérkőzés után elmondta: Annyira nem volt sima, mint látszott. Éreztük, hogy a Cegléd folyamatosan meg tud újulni, vissza tudnak jönni a mérkőzésbe és nem tudjuk őket igazán leszakítani. Végig meccsben voltak. Az utolsó pár perct mi is elszórakoztuk, vártuk már nagyon, hogy vége legyen, de szerencsére tudtuk a távolságot tartani. Viszont örülök az eredménynek és annak is, hogy végre én is olyan formában tudtam játszani, amit elvárok magamtól.

Kosárlabda. Az Agrofeed-Széchenyi Egyetem Győri KC Oroszlányban lépett pályára az NB I/B-s bajnokság elmúlt fordulójában. Nem kezdtek jól a mieink a mérkőzést, 10–0 után tudták a győri fiúk megszerezni első pontjaikat. A második negyedben aztán utolérték a hazaiakat, és a vezetés is meglett. Ezután fej fej mellett haladt a két csapat, hol egyik, hol másik vezetett. Az utolsó percben 81–80-ra még mi vezettünk, de a hazaiak előbb egy duplával, majd egy büntetővel a maguk javára fordították a mérkőzést. Oroszlány–Agrofeed-Széchenyi Egyetem-Győri KC 83–81.

Egyéb érdekesség a klub háza tájáról, hogy a győri csapat játékosai jótékonykodtak egy keveset. Az együttes tagjai a Ronald McDonald Gyermeksegély Alapítvány számára árultak kitűzőket és matricákat, melyek megvásárlásával a győriek is hozzájárultak a Ronald McDonald házak támogatásához, ahol beteg gyermekek családjainak elhelyezését oldják meg a kezelések ideje alatt.



„Klímafutás az élő bolygóért” elnevezésű esemény érkezett Győrbe az elmúlt pénteken, amelyet a Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet Egészségkommunikációs Központja szervezett. A figyelemfelhívó mozgalom alatt a négy ultrafutó teljesíti 7 nap alatt a 700 kilométert, elsőként pedig a Budapest–Győr távot. A futókhoz győri sportolók is csatlakoztak, és egy rövidebb távra beszálltak és egészen a Városházáig kísérték őket. A sportolók több mint 100 kilométeres futás után érkeztek meg, ahol Takács Tímea önkormányzati képviselő fogadta őket, és átadta azokat a rajzokat, amelyeket győri általános iskolások rajzoltak arról, hogyan képzelik el környezetüket húsz év múlva, ha nem állítjuk meg a környezetszennyezést.



Teke. Az eddig hibátlan Szeged otthonába látogatott a Győr-Szol TC a férfi Szuperliga 9. fordulójában. Az eddigi évek egyeduralkodójával szemben még akkor sem számíthattak a győri fiúk könnyű meccsre, ha az idei évre meggyengült a keretük. Még így is olyan erős képviselnek, amely ellen nem volt esélyük a győri tekés fiúknak. 2–6-os arányú vereséget szenvedtek ugyanis a mieink. Psz.: Batki Tamás 627, Kakuk Levente 657, Kiss Norbert 549, Koller Dániel 628, Németh Gábor 561, Pete II. László 582. Ezzel a vereséggel a győri csapat továbbra is a tabella negyedik helyén áll. Folytatás november 28-án, az Orgona utcában, a Péti MTE ellen.



Négy Európa-bajnoki cím

A győri Unicentral Bulls csapatából öten vívták ki az indulás jogát, a WKF (World Kickboxing Federation) amatőr kickbox szervezet Európa Bajnokságára, melyet hazánkban, Dunaújvárosban rendeztek meg a közelmúltban. Oriental (euro thai) szabályrendszerben, a felnőtt hölgyek (-60kg-os) között Európa-bajnoki címet szerzett Schwéger Tímea, aki a nemzetközi mezőnyben újoncként versenyzett. Grónai

Sándor a felnőtt férfiak -63,5kg-os mezőnyében szintén Európa-bajnoki címet szerzett. Nardelotti Zoltán a K-1 -75 kg-osok között bronzérmes lett. Ligh-contact kategóriában az utánpótlás-korúak is kitettek magukért. A népes mezőnyben az U16 -45kg-osok között Kovács Olivér, az U18 -55kg-osok között Kocsis Gellért is Európa-bajnok lett. Felkészítő edzők: Csányi János és Horváth László.

Újabb rangos nemzetközi verseny városunkban

November 27. és 29. között Győrben rendezik meg a Hungarian Open elnevezésű nemzetközi légfegyveres versenyt. A viadalon 21 ország, köztük hazánk legjobb sportlövői – akik éremesélyesként szállnak versenybe – méretnek meg a Magvassyban. Nagy érdeklődés övezi a versenyt a sportolók részéről is, hiszen a szervezőknek korlátozni kellett az indulók számát, olyan nagy volt a túljelentkezés. Olimpiai, világ- és Európa-bajnoki érmesek, döntősök érkeznek Győrbe. Közel 250 sportlövő méri össze tudását a jövő évi, februári Európa-bajnokság helyszínén, hiszen az Audi Aréna mellett a Magvassyban is zajlanak majd az Eb küzdelmei. Ez a verseny ezáltal egy teszt is a helyi szervezők előtt, akik más sportág nemzetközi versenyait, már többször kiválóan lebonyolították. Visszatérve a jövő hétvégi viadalra, szombaton és vasárnap is reggel 8 órakor kezdődnek a küzdelmek, amelyek egészen estig tartanak, a puská, a pisztoly és a futócéllövő szakág legjobbjával. Utóbbiban természetesen a Győri Lövész Klub kivá-



lóságaival, Boros Lászlóval, ifj. Laczik Zsolttal és Sike Józseffel. A versenyeket nem mellékesen ingyenesen nézhetik meg, így aki teheti, és egy jó programot keres november utolsó hétvégéjére, az menjen és szurkoljon a magyaroknak!



Okos megoldás



2015. november 19. csütörtök – november 25. szerda

Rama sütőmargarin*

► 1 kg



CSAK MOST!
669 Ft

Sissy Extra Nagy tejföl

► 20% zsírtartalom
► 850 g
► 411 Ft/kg



-30% OLCSÓBB!
349 Ft
499 Ft

Kunsági Éden napraforgó étolaj

► 1 liter



-10% OLCSÓBB!
329 Ft
369 Ft

Baba tusfürdő tripack*

► lanolin, kamilla és méz, kakaóvaj, férfi menta ► 3 x 400 ml ► 999 Ft/liter



CSAK MOST!
1199 Ft

Aquarius üdítőital

► citrom ízű, alma ízű, málna ízű, bodza ízű
► szénsavas ► 1,5 liter
► 39 Ft/liter



-25% OLCSÓBB!
59 Ft
79 Ft

Müzliszelet*

► 12-féle
► 30 g



-32% OLCSÓBB!
33 Ft
49 Ft

Ajánlatunk 2015. november 19. és november 25. között a Penny Market győri üzletében érvényes! Amennyiben gondos tervezésünk ellenére a termék az akció vége előtt elfogy, felvilágosításért kérjük, forduljon az üzletvezetőhöz. A nyomdai hibákért felelősséget nem vállalunk. Az árak forintban, áfával együtt értendők. Kiszolgálás csak a háztartásokban szokásos mennyiségben. Szíves megértésüket köszönjük!



SPEEDFIT
... nice price fitness

Próbáld ki a SPEEDFIT csoportos edzéseit!

Ha célod a kockás has, feszes fenék vagy csak egyszerűen mozogni szeretnél, mi mindegyikben tudunk segíteni.



További részletek weboldalunkon:
www.speed-fit.hu/training



SPEEDFIT bérlettel rendelkezőknek 1000 ft / alkalom. Amennyiben nem rendelkezel SPEEDFIT bérlettel 1500 ft / alkalom.

FITNESS MINDENKINEK!



9025 Győr, Csipkegyári u. 11.



+36-96/528-448



+36 30 599 0580



facebook.com/speedfithu



www.speed-fit.hu



minden nap 6-24 óráig