



Hétvége a Barokk Esküvő jegyében

Romantikus időutazás

Írásunk a 6. oldalon



SZŐNYEGTISZTÍTÁS

porolás, biotisztítás, szagtalanítás, fertőtlenítés, mélytisztítás, szegés, javítás.

1980 óta működő cég,-minőségi szolgáltatása

Átvevőhely: Győr, Petz L. u. 14. sz.

Szállítás – megrendelés: központ 06 30 68 000 78

FSH. Augusztus 18–21. között hetedik alkalommal tartják a felsőoktatásban tanuló hallgatókból álló csapatok nemzetközi versenyét, a Formula Student Hungart, melynek köszönhetően az elméleti tudás a gyakorlatban is kamatoztatható. A világ minden pontjáról érkeznek a csapatok a Győr-Gönyű Kikötőbe, hogy az általuk tervezett és épített együléses versenyautókkal összemérjék tudásukat. Ráadásul, a FSH kapcsolatot teremt a jövő szakemberei és a magyar autóipari vállalatok között.

Az augusztus is különleges az állatkertben



KÉP ÉS SZÖVEG: XANTUS-ÁLLATKERT

Érdemes még kihasználni a vakáció utolsó hónapját, hogy ellátogassunk az állatkertbe. Például a gyűrűsfarkú makik kifutójában is pezseg az élet, a tavasszal született kicsik nagyot nőttek és vidáman hancúroznak. Egyre bátrabbak és pimaszabbak is a látogatóinkkal. Sokszor használják a bent sétálók lábát a fogócskájuk közben, vagy kíváncsian vizsgálgatják a babakocsik kerekeit. Tündéri kobold arcocskájuk borostyánszínű szemébe nézve, bárkit hamar elvarázsolnak. Csíkos farkuk és vidám tekintetük az állatkert egyik legkedveltebb állatai közé emelték őket. Nagyon mókás látvány, amikor a napsütésben, boldog nyugalommal, csukott szemmel napoznak együtt, jellegzetes „jóga” testtartásban. A gyűrűsfarkú maki, más néven katta, eredetileg Madagaszkár déli, délnyugati és délkeleti területein él. Az újszülöttek kék szemmel jönnek világra, ám mire felnőnek, szemük élénksárga színű lesz. Augusztus különleges programja az Állatkertek éjszakája lesz 26-án, amikor 22 óráig esti programokkal, például ragadozó- etetéssel várjuk látogatóinkat.

Győrben készült Ancelotti autójának motorja



Ha a Bayern München világhírű labdarúgócsapata olyan gyors lesz a következő szezonban, mint a vezető edzőjének autójában levő motor, biztosan verhetetlen lesz a csapat a német bajnokságban éppúgy, mint a Bajnokok Ligájában.

Carlo Ancelotti Audi S8 plus autójának motorját a győri Audi Hungaria Motor Kft. munkatársai készítették.

Alighogy megérkezett Münchenbe az olasz tréner, máris átvehette szolgálati autóját. Az Audi AG nemcsak a csa-

pat mobilitáspartnere, hanem 9,9 százaléban tulajdonosa is a csapatot működtető Bayern München AG-nak. Így aztán nem meglepő, hogy hosszú évek óta a teljes stáb Audival jár, a játékosok éppúgy, mint a trénerek. Ancelotti mester egy Audi S8 plus autót kapott, amelynek Győrben készült motorja brutálisan erős. A 4.0 TFSI erőforrás 605 lóerőre képes, nulláról százra pedig mindössze 3,9 másodperc alatt jut el. A kocsi végsebessége 305 km/h, így a mesternek különösen vigyázni kell arra, hogy a korlátozásokat betartsa, mert a gatyáját is kifizetheti a német rendőröknek. Igaz, lesz miből, mert éves apanázsát jóval tízmillió euró fölé taksálja a német sajtó. A brutális teljesítményű motorba két turbófeltöltőt is beépítettek Győrben, a motorhoz pedig egy nyolcsebességű tiptronic váltó csatlakozik. Takarékos vezetés mellett a motor 10 liter benzint fogyaszt, kérdés persze, hogy egy ilyen teljesítményű motorral lehet-e takarékosan autózni.

Kerékpáron menekült a szemetelő

Júliusban is folytatta tevékenységét a hulladékkommandó. Mint ismeretes, a Győr-Szol Zrt., a Győr Városi Rendőrkapitányság, valamint a Győri Közterület-felügyelet és Mezei Őrszolgálat munkatársai közös akciókat szerveznek a város területén, az illegális hulladéklerakás szempontjából legkritikusabb pontokon a szabálysértők felderítése és a tevékenység szankcionálásának erősítése érdekében.

A Győr-Szol Zrt. biztonsági csoportjának munkatársai az elmúlt hetekben

48 helyszíni ellenőrzést folytattak illegális hulladéklerakással kapcsolatban. Az akciósorozat szezonális tapasztalata, hogy vállalkozók vagy magánszemélyek lakásfelújítások „melléktermékét” helyezik el a szelektív szigeteknél. Előfordult az is, hogy nagyobb mennyiségű szennyezett pelenka került a nem megfelelő helyre. Volt olyan eset is, amikor a szolgáltató munkatársai szabaddidejükben észlelt cselekmény miatt utólagosan kezdeményeztek hatósági intézkedést, vagy a biztonsági csoport egyéb feladatába tartozó ellenőrzés adatai alapján tudták megállapítani az illegális hulladékot lerakó személy kilétét. Az intézkedések során nem mindenki tanúsított jogkövető magatartást. Volt olyan, aki tettenérését követően megpróbált kerékpárral elmenekülni a helyszínről. Öt rövid üldözést követően sikerült elfogni.

Összességében június vége és augusztus eleje között ötven alkalommal sikerült tetten érni a szelektív szigeteknél illegálisan hulladékot elhelyező személyt, további hat esetben pedig utólagos helyszíni ellenőrzés során kezdeményeztek hatósági eljárást, intézkedést.



Már nem zöldebb a szomszéd kertje!

CoraxBio néven új, a lakosságnak és kiskerttulajdonosoknak szánt termékcsaláddal jelent meg a piacon a Corax-Bioner Biotechnológiai Zrt.

A kerttulajdonosok gyakran elbizonytalanodnak a gyümölcsfák, a gyepek, a konyhakert ápolása során. Ez a felismerés vezette el a Corax-Bioner csapatát az új CoraxBio boxok elkészítéséhez, amelyekbe a professzionális mezőgazdaságban már bizonyított termékeket csomagoltak a lakosság számára szükséges kiszervezésben. A csomagokban a szakemberek összegyűjtötték azokat a tápanyagokat és növényvédő szereket, amelyekre az adott növénykultúrának szüksége van, s mindehhez részletes útmutatót is mellékeltek. A támogatásnak fontos része az online elérhető segítségnyújtás, valamint a szakemberek által rendszeresen összeállított hírlevél is, melyből minden felhasználó értesülhet a számára fontos növénykultúrához tartozó, adott hónapra köthető tudni- és tennivalókról. A hatféle boxról bővebben a www.coraxbio.hu oldalon olvashatnak. (X)



IMPRESSZUM

A város hetilapja. Megjelenik minden pénteken, Győr, Győrújbarát és Győrújfalú közigazgatási területén. Ingyenesen terjesztve. Kiadja: GYŐR+ Média Zrt. Felelős kiadó: Endrődi Péter vezérigazgató. A szerkesztőség címe: 9023 Győr, Kodály Zoltán u. 32/A. Tel.: 96/511-620. Fax: 96/511-621. E-mail: szerkesztoseg@gyorplusz.hu. Fotó: O. Jakócs Péter, Marcali Gábor. Hirdetési feladás: 96/511-620. Nyomdai előkészítés: Konrád Kiadványszerkesztő Kft. Nyomtatás: Lapcom Zrt., 9021 Győr, Újlak u. 4/A. Tel.: 96/504-444. Vezérigazgató: Pallagi Ferenc. Terjesztés: LapHír Kft. Telefon és SMS: 70/866-9809. E-mail: terjesztas@laphir.hu. ISSN 2062-7912





Helikopterrel vadásztak a parlagfűre

SZERZŐ: ZOLJÁNSZKY ALEXANDRA
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Parlagfűvet pásztázott az Országos Rendőr-Főkapitányság Légirendészeti Parancsnokságának helikoptere, amely a péri repülőtérrel szállt fel kedden délelőtt. Mintegy 500 kilométeres utat tettek meg a levegőben a szakemberek, és kutattak fertőzött területek után. Elkezdődött ugyanis az allergiások által rettegett szezon, az a gazda pedig, aki nem irtja az agresszív növényt, komoly bírságra számíthat.

A helikopterből nagyjából 200 méteres magasságban repülve, mintegy 146 ezer hektárt pásztáztak végig három kilométeres sávokban a Kormányhivatal Földhivatali Főosztályának és az Élelmiszerlánc-biztonsági és Földművelésügyi Főosztályának munkatársai. A megye egyharmadát repülték be kedden, s ha fertőzött területet észleltek, a helikopter felette lebegve rögzítette a koordinátákat. Ezután a földön is bemérik a foltokat, az adatok pedig a jegyzőkönyvvel együtt felkerülnek az úgynevezett Parlagfű Információs Rendszerbe, és megindul a hatósági eljárás: 15 ezer forinttól 5 millió forintig terjedő bírságot szabhatnak ki és természetesen kaszálást – tájékoztató Bakody Attila, a földhivatal vezetője.

Az összesített eredmények novemberre várhatóak, de az biztos, hogy nem a bírságolás a cél. „Minden évben kérjük a gazdákat, figyeljenek a területükre. Számos fórumon tájékoztatjuk őket a hatékony védekezésről. Egy növényt akár 3-4 ezer magot is termelhet, többől kell kihúzni, kaszálás esetén pedig több-

ször, a lehető legmélyebben kell eltávolítani” – hangsúlyozta Szemerits Attila, az Élelmiszerlánc-biztonsági és Földművelésügyi Főosztály főosztályvezető-helyettese.

Hozzátette, a parlagfű felderítését 16 éve végzik rendszeresen, helikopterrel immár az ötödik éve, ami jóval hatékonyabb a terepjárókkal való bejárásnál. A munka gyümölcse mostanra beérett, évről évre egyre kevesebb fertőzött területet találnak. Azonban van még tennivaló, a tavalyi felderítés után 70 helyszíni eljárás indult, ebből 45 terület bizonyult fertőzöttnek. A tapasztalatok szerint a parlagfű főként napraforgótáblákban, gabonatarlókból fordult elő. Idén

jén – ezzel a gyommal egyébként főként építési területeken találkozunk. Aki bejelentést tesz, határozza meg az ingatlan pontos helyét – hívta fel a figyelmet Szemerits Attila, és azt is elmondta, hogy néhány évben belül várhatóan hasonló mértékű allergiás problémákat fog okozni az említett gyomnövény és „társai”, mint a parlagfű. Hasonlóan erősen allergén parlagi rézgyomot pedig egyenesen a jövő parlagfűveként emlegetik.

Jelenleg a pollentérképek szerint a parlagfű közepes erősségű, a csalánfélék pollenkoncentrációja pedig magas. Dr. Kónya Melinda, a Petz Aladár Megyei Oktató Kórház Pulmonológiai Gondozójának adjunktusa a Győr+ Televízió kérdésére elmondta, a hónap második felében felerősödhetnek a tünetek a parlagfűre érzékenyeknél, allergiás nátha és allergiás asztma alakulhat ki. „Ahogy a növény terjeszkedése,

úgy a hatása is agresszív, súlyos panaszokat okozhat a többi pollennel összehasonlítva is” – mutatott rá és hozzátette, az allergiás nátha tünetei közé tartozik jellemzően a tüsszögés, orr- és garatviszketés, orrfolyás és -dugulás, illetve a szemviszketés. Ha asztma is társul ehhez, már neheztelt kilégzés, mellkasi szipolás, fulladásérzés, erős köhögés is jelentkezhet. Hangsúlyozta, érdemes előre felkészülni a szezonra, és konzultálni a kezelőorvossal, hiszen a vény nélkül felírt gyógyszerek nem feltétlenül használnak, illetve gyakran nem elég csak tablettát alkalmazni, hanem az egyénnek megfelelő orrspray-re, -cseppekre is szükség van, hogy elviselhetővé váljon a pollenekkel teli időszak.

A büntetés tizenötezer forintig terjedhet

július 1-je óta zajlik a megyében a feltérképezés, de a jog és a biológia nincs teljesen összhangban, a növény ugyanis csak a múlt héten kezdett virágozni.

A felszállás helyszínén megtudtuk azt is, az egyébként a helikopter felszállásáig titkos akció repülési tervét az előző évben fertőzött területek és az ideai vetésszerkezet alapján tervezték. Mivel a parlagfűnek jellegzetes kékes-zöld színe van, így az könnyen észrevehető a 200 méteres magasságból is. A felderítés azonban nem csak erre a növényre irányul, hanem más allergén gyomnövényekre is, ezek viszont egyéb eljárási kategóriába esnek. Először csak felszólítást kap az adott terület tulajdonosa, ha például fekete ürmet fedeznek fel föld-

A **TÖRLAND** BEMUTATJA



ÁKOS
MÉG EGYSZER
TURNÉ 2016
Audi Aréna Győr
GYŐR
OKTÓBER
8.
TURNÉZÁRÓ NAGYKONCERT

Mediasporthet: 

jegy.hu

Győr+ Média Pavilon (Borosp G. u.)
Látogatóközpont / Tourinform Győr (Borosp G. u. 21.23.)
Jegyek kaphatók az InterTicket országos hálózataiban.

Partnerek: 

www.torland.hu www.audiaréna.hu www.interticket.hu www.audiaréna.hu

www.gymskik.hu

KAMARAI AJÁNLÓ

Kamarai választás 2016.



Jelöljön, szavazzon, hallassa a hangját Ön is!

A Győr-Moson-Sopron Megyei Kereskedelmi és Iparkamara regisztrált és önkéntes tagjai szeptemberben újabb négy évre megválasztják a küldöttgyűlés tagjait, majd a kamara elnökségét és az országos küldötteket. Bővebben: www.gymskik.hu/kamarai-valasztasok-2016

Vállalkozások, figyelem!



Aki nemrég levelet kapott a Nemzeti Agrárkamartól kötelező kamarai taggá válásáról, és nem agrár főtevékenységet folytat, fordulhat tanácsadásért, a jogi helyzet tisztázásáért a megyei Kereskedelmi és Iparkamara-hoz. Kereskedelmi és Iparkamara és/vagy Agrárkamara? – Jó tudni, hova tartoznak az egyes vállalkozások! A vonatkozó törvényi szabályozás igen bonyolult, ezért kamaránk szeretne segítséget nyújtani a vállalkozásoknak az egyes esetek tisztázásában. A jogszabályok az irányadóak, a ténylegesen végzett tevékenység határozza meg, melyik vállalkozás hova tartozik. Vannak még értelmezési problémák a gyakorlatban! Tanácsadás kérhető e-mailen: ugyfelszolgalat@gymskik.hu vagy telefonon: +36-96/520-202.

Bővebb információ:

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

www.youtube.com/
kamarapr

www.facebook.com/gymskik



Tömegeket vonzott a Tóparty

Fotó: Marcali Gábor

Nem csak a városból, de a környékbeli településekről is rengetegen választották szombati úti céljuknak az adyvárosi tavat és környékét. Napközben ingyenes családi programok várták az érdeklődőket, például légvár, pónilovaglás, omnibuszos utazás és Kuka Berci is kiköltözött a tópartra. A környezettudatosságra nevelő erdei manóval 14–18 óráig száz gyerek játszott, ami rekordnak számít. A legtöbben már ismerősként üdvözölték Kuka Bercit, hiszen találkoztak már vele korábban, többek között a Győrkőcfesztiválon vagy a Széchenyi téren.

A programok este koncertekkel folytatódtak: elsőként Delhusa Gjon, majd a Neoton Família Sztárjai léptek színpadra, és hívták nosztalgizni a több ezer fős közönséget.

A rendezvényt életre hívó Radnóti Ákos alpolgármester, a körzet önkormányzati képviselője átadta az „Adyváros szolgálatáért” elismerést is, melyet idén Bükki Lajosné kapott. A díjazott 45 éve él a városrészben, s aktívan része a közönségnek. Részt vesz például az egyedülálló győri „Beszélgető-hálózatban”, vagyis házhöz megy azokhoz az adyvárosi idős emberekhez, akik nem tudják betegségük miatt elhagyni otthonukat.



A folyókon is szolgálnak a rend őrei

SZERZŐ: ZOMBAI-KOVÁCS ÁKOS
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Egy-egy kisebb szabálysértés és nem megfelelő viselkedés elenére, alapvetően rend van a győri folyókon, mondta el a városi rendőrkapitány. Váczi Attila alezredes Radnóti Ákos alpolgármesterrel közösen járta be a Mosoni-Dunát és a Rábát, hogy ellenőrizzék, a vízen közlekedők zavarják-e a horgászokat, a strandolókat vagy a vízparton sétálókat. Az önkormányzat évről évre jelentős összeggel támogatja a rendőrséget, amiből folyamatos fejlesztések valósulnak meg annak érdekében, hogy a győriek minél nagyobb biztonságban érezhessék magukat.

„A Győri Rendőrkapitányság kiemelt feladata a város közterületein a közbiztonság fenntartása és az itt élők nyugalmának elősegítése” – hangsúlyozta Váczi Attila és hozzátette, feladataik közé tartozik a folyókon és a folyópartokon történő járőrözés is, aminek

egész évben eleget tesznek, a nyári időszakban pedig naponta járják a győri vizeket, három modern motorcsónakkal. „A folyók városában nyu-

bűncselekmény’ évek óta nem történt” – tájékoztatott a rendőrkapitány.

Radnóti Ákos városüzemeltetésért felelős alpolgármester szerint, amióta



Nyáron a vizeken is naponta járőröznek

godtan kijelenthetem, hogy néhány kisebb szabálysértéstől és nem megfelelő viselkedéstől eltekintve, alapvetően minden rendben van, kirívó 'vízi

rendbe tették a folyópartokat a városban, egyre többen „használják” a vizeket és a vízpartokat is, rájuk különös figyelmet kell szentelni közbiztonsági

szempontból. „Örömmel tapasztalom, hogy valóban vonzóak a folyópartok, rengeteg sétáló, pihenő turista és horgász tölti szabadidejét a Mosoni-Duna és a Rába mentén, az ő nyugalmuk és biztonságuk fontos feladat az önkormányzat és a rendőrség számára is” – mondta az alpolgármester. „Szerencsére hozzám is csak nagyon ritkán érkezik egy-egy panasz, bejelentés vagy videó olyan esetekről, amikor valaki nem szabályosan használja a folyót, ezzel pedig zavarja a kikapcsolódni vágyókat, ezeket azonban a rendőrség gyorsan és hatékonyan leereagálja, illetve kezeli” – tette hozzá az alpolgármester.

2017-ben Győr Európai Ifjúsági Olimpiai Fesztivált rendez, amelyre rengetegen érkeznek a megyeszékhelyre. A többségében fiatal sportolókra és kísérőikre is fokozottan kell majd vigyázni, többek között a vízpartokon is. „A város évről évre komoly összeggel támogatja a rendőrséget, melyből a testület mindig az önkormányzattal egyeztetve, célzott fejlesztéseket tud végrehajtani, mindezt a győriek és az ide érkező turisták biztonsága érdekében teszik” – zárta szavait Radnóti Ákos.

Új kutya-futtató Győr-Ménfőcsanakon

SZERZŐ: PAPP ZSOLT
FOTÓ: O. JAKÓCS PÉTER

A Hármashatár út–Hóvirág út kereszteződésénél, a vasút mellett készült el a kutya-futtató, amely kulturált környezetet biztosít az ebek és gazdáik számára.

„Győrben sokan tartanak kutyát, számukra a város több pontján létesült már eddig is körbekerített kutya-futtató, és a jövőben is várhatóak hasonló fejlesztések” – fogalmazott Radnóti Ákos városüzemeltetésért felelős alpolgármester. Mint mondta, a kutya-futtató területén kulturált kutya-WC is található, az

infrastrukturális feltételek megléte mellett azonban fontos a gazdik szabálykövető hozzáállása is.

„Komoly lakossági igény mutatkozott a beruházás megvalósítására, hiszen a városrészben eddig nem volt körbekerített kutya-futtató hely” – tette hozzá Takács Tímea, a terület önkormányzati képviselője, aki kiemelte, a helyszínválasztás sem véletlen, hiszen a zöldövezetben eddig is sokan sétáltatták jóságait. A kiválasztásnál az is szempont volt, hogy legyen a területen árnyékot biztosító fa is.

A mintegy kétfélmillió forintból megvalósult, 10-szer 20 méteres kutya-futtató kezelője a Győr-Szol Zrt., ahol a higiénit a kutya-WC és a szemetes-edény, a kényelmet pedig padok biztosítják.



Belépés kutyával!



Az Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézmény Győr határozatlan idejű közalkalmazotti jogviszonyok betöltésére állás pályázatokat hirdet az alábbi munkakörökben

- TAKARÍTÓ
- SZOCIÁLIS GONDOZÓ
- KONYHAI KISEGÍTŐ

Illetmény és juttatások: Az illetmény és a juttatások megállapítására a „Közalkalmazottak jogállásáról szóló” 1992. évi XXXIII. törvény rendelkezései az irányadók.

Benyújtandó iratok, igazolások: 1. szakmai önéletrajz • 2. végzettséget igazoló dokumentumok másolata • 3. nyilatkozat 257/2000. (XII. 26.) Korm. rendelet 1/A (7) bekezdés d) pontja alapján.

Jelentkezéseket az alábbi címekre várjuk:
EESZI Győr
humán-erőforrás gazdálkodási csoport
9026 Győr, Kálóczy tér 9-11.
vagy hr@eeszi.hu

Az álláslehetőségekkel kapcsolatban bővebb információ kérhető a 06-96/314-322 telefonszámon vagy a hr@eeszi.hu email címen.



Vége a Művésztelepnek, közös tárlat a munkákból

A geometrikus formák uralják a 48. Győri Művésztelep záró kiállítását, hiszen Vasarelli emlékére a Rómer Flóris Művészeti és Történeti Múzeum az ilyen műfajban alkotó hazai művészek krémjét invitálta az idei háromhetes turnusra. Az idei etapot hagyományosan egy kiállítással zárták az alkotók kedden, amely szeptember 4-ig várja az érdeklődőket a Magyar Ispitában, hétfő kivételével minden nap 10 és 18 óra között. Az elmúlt időszakban öt hazai művész alkotott városunkban: Bullás József, Forgó Árpád és Halmi-Horváth István festőművészek, Marafkó Bence képzőművész és a győri születésű Fehér József iparművész. A megkérdezett művészek közül mindenki kiemelte, hogy mennyire intenzív volt ez a három hét, de a terveknek és az alkotásnak a fáradtság sem szabhat határt. Fontos ez az időszak a múzeum számára is, hiszen az intézménynek az értékmegőrzés mellett az új, kivételes alkotások felkutatása és támogatása is a feladata.

Hétvége a barokk esküvő jegyében

SZERZŐ: GY. P.
FOTÓ: O. JAKÓCS PÉTER

A 24. Barokk Esküvő párja, Kiss Zsuzsanna Judit és Kóhalmi András szombaton, barokk ceremónia keretében, a város nyilvánossága előtt mondják ki a boldogító igent. Az ünneplés már pénteken elkezdődik barokk jelmezes felvonulással 18.30 órakor, amit a vőlegény ajándéka, vagyis a szerenád követ a szerelmes opera-, operett- és musicalirodalom főhőseivel.

Szombaton kézművesvásár, omnibuszos utazás, toronyzene, koncertek, előadások, gyermekprogramok és városnéző séták is várják az érdeklődőket. Csobayné Pintér Éva idegenvezető három barokk sétával készül, bemutatja a templomok, az épületek és az angyalok titkait, ez utóbbit éjszakai városnézés keretében. Az esti ceremónia biztonságos lebonyolítása érdekében ideiglenes forgalomkorlátozás lép érvénybe 19 és 20 óra között, a Városház tér–Aradi vértanúk útja–Árpád út–Baross G. út–Király utca–Jedlik Á. utca–Dunakapu tér útvonalon, a Barokk Esküvői felvonulás idejére. A lezárt útszakaszra járművekkel tilos lesz a behajtás, a forgalmat a Győri Rendőrkapitányság beosztottjai irányítják.

Az esküvő után 21 órától barokk mulatsággal folytatódik az ünneplés, a Széchenyi térre pedig annak érdemes ellátogatnia, aki szereti Shakespeare műveit, s ellenállhatatlan vágyat érez arra, hogy valamennyit megismerje, ám úgy ítéli meg, hogy élete hátralévő része valószínűleg nem lesz elegendő eh-

hez. Kálid Artúr, Kálloy Molnár Péter és Tóth Gáspár András előadásában S.Ö.R., azaz Shakespeare Összes Rövidítve kezdődik, szintén 21 órakor. A kéz-



Kiss Zsuzsanna Judit és Kóhalmi András szombaton mondják ki az igent

művesvásár, gyerekprogramok és koncertek vasárnap is folytatódnak. A részletes programtervről a mufegyor.hu weboldalon tájékozódhatnak.

"Abol az én bölcsőm ringott, szebb a vidék, szebb a termő róna"

Nóta délután
Győri Szabó József
emlékére



2016. 09. 04. (vasárnap) 16.00 óra
GYIRMÓT - ARANYHAL
Szabadidőközpont, Horgásztavak

Emlékezés: **SZABÓ JENŐ** önkormányzati képviselő
Műsorvezető: **AGÁRDI LÁSZLÓ** színházi, parodista

Előadók:
BUVÁRY LÍVIA énekes, előadóművész
BOKOR JÁNOS nótáénekes
HATVANI KISS GYÖNGYI nótáénekes
SEBESTYÉN TAMÁS nótáénekes
SZALAI ANTAL Liszt Ferenc-díjas primás és zenekara

A rendezvény támogatói:
Borkai Zsolt polgármester, Dr. Somogyi Tivadar alpolgármester,
Fekete Dávid alpolgármester, Radnóti Ákos alpolgármester,
Szabó Jenő önkormányzati képviselő,
Horváth Ferenc és Horváth Ernő

A belépés díjtalan!

Barokk Esküvő

2016. augusztus 12-14.

XXIV. Barokk Esküvő

Augusztus 12. péntek 18.30 óra
Barokk jelmezes felvonulások
- a vőlegény ajándéka, a szerenád
- a vőlegény és a menyasszony
- a vőlegény és a menyasszony
- a vőlegény és a menyasszony

Augusztus 13. szombat 20.00 óra
Barokk Esküvő
- a vőlegény és a menyasszony
- a vőlegény és a menyasszony

Augusztus 14. vasárnap 10.00 óra
Barokk jelmezes felvonulások
- a vőlegény és a menyasszony
- a vőlegény és a menyasszony

Augusztus 14. vasárnap 18.30 óra
Barokk jelmezes felvonulások
- a vőlegény és a menyasszony
- a vőlegény és a menyasszony

Augusztus 14. vasárnap 21.00 óra
Barokk jelmezes felvonulások
- a vőlegény és a menyasszony
- a vőlegény és a menyasszony

Bornapok és Mambo-láz

SZERZŐ: PAPP ZSOLT

FOTÓ: SAJTÓFOTÓ, MARCALI GÁBOR

Egy újabb sztárfellépő, Lou Bega zárja a nyarat Győrben, a szokásoknak megfelelően a Bornapok ideje alatt, de a szokásoktól eltérően nem szombaton, hanem pénteken!

Augusztus 25–28. között immár kilencedik alkalommal rendezi meg városunk a Győri Bor-, Borlovag- és Gasztronómiai Fesztivált, amelyen mintegy hatvan pincészet kínálja majd a legfinomabb borait. Tavaly még újdonság volt, az idén talán már megszokott lesz, hogy a Széchenyi téren és a Dunakapu téren egyaránt sétálhatunk a borászatok között, miközben színvonalas koncerteket hallhatunk. „A Bornapok mára hazánk egyik legnépszerűbb boros seregszemléje, amely rengeteg látogatót vonz, és a borászatok is jó előre beírják naptárukba az időpontot” – fogalmazott Radnóti Ákos. Az alpolgármester bejelentette, az idén ismét nemzetközi sztárt köszönhetünk a Városháza előtti színpadon, a mambo királya, Lou Bega lép fel olyan slágereivel, mint a Mambo No. 5, az I got a girl, vagy a Give it up. Fontos változás, hogy a nyárázó az idén nem szombat este, hanem augusztus 26-án, pénteken 21 órától lesz a Városháza előtt, a Szent István úton (esőnap: vasárnap 21 óra).

Domanyik Eszter, az Önkormányzat Városmarketing és Programszervezési Főosztályának vezetője hozzátette, városunk fejlődése széles körű együttműködések révén tud ilyen dinamikus lenni, ennek jelképeként a pénteki nap az idén is az Összefogás Napja Győrben. Az Audi Hungaria hosszú évek óta segíti a nyárázó programot, de 2013 óta számos további városi cég is csatlakozott a ren-

dezvény támogatásához. Azóta a The Straits, Tom Jones és a Saragossa Band teremtett fergeteges hangulatot a nyár utolsó hétvégéjén, őket követi az idén a sorban Lou Bega fellépése.

A támogatók részéről Czechmeister Mónika, az Audi Hungaria Motor Kft. kommunikációs vezetője kifejtette, hogy a nyárázó koncert a győri nyári programok méltó lezárása, ezért az Audi a régió legnagyobb munkaadójaként szívesen támogatja immár sok éve. Ez a koncert a város és a négykarikás vállalat együttműködésének egyik legfontosabb szimbóluma.

A Bornapok a hagyományok szerint az idén is a csütörtöki napon, a borlovagok felvonulásával kezdődik. A Győri Művészeti és Fesztiválpont szervezésében, a tavalyihoz hasonlóan, a zenei programok is két helyszínen lesznek megtalálhatók. Olyan zenei csemegéket hallhatunk majd a kilátogatók, mint a Dal egyik közönségkedvence, Petruska, a

fesztiválkártyával lehet fizetni a boros faházaknál, a gyors ügyintézés nyolc feltöltő pont segíti, amelyek mindkét téren megtalálhatók lesznek.

A pénteki nyárázó koncertet tűzijáték zárja, a résztvevők hazajutását pe-



A nyárázó koncert rendezője: Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata. Társszervező: Győr Projekt Kft. A koncert főtámogatója az Audi Hungaria Motor Kft. Arany fokozatú támogatója: Agrofeed Kft. Ezüst fokozatú támogatók: Alcufer Kft., QP Qualitative Production Zrt., Vidanet Zrt., Vill-Korr Hungaria Kft. Bronz fokozatú támogatók: Borsodi Műhely Kft., Győr-Szol Zrt., Patent Holding Kft., Pannon-Víz Zrt., Praktiker Magyarország Kft., West Hungária Bau Kft. További támogató: Boross Péter magánszemély.



Budapest Jazz Orchestra, az Apnoé, Dániel Balázs Boogie Woogie Show-ja, vagy Nagy Balázs nagyzenekaros koncertje. Természetesen az idén is megválasztják a város és a fesztivál borát is. A korábbi évekhez hasonlóan, ezúttal is

dig ingyenes éjszakai buszjáratokkal is segíti az önkormányzat (ennek, illetve a koncert miatti forgalomkorlátozások és buszterelések részleteit jövő heti lapszámunkban olvashatja). A Bornapok részletes programját bemutató kiad-

vány megtalálható lesz a Baross úti Látogatóközpontban, a helyszínen, illetve hamarosan magyar és német nyelven is letölthető a gyor.hu oldalról, valamint az információk megismerhetők lesznek a város facebook oldalán is.

NYÁRI VÁSÁR

—40%
augusztusban

BENETTON
ETO PARK GYŐR

Gyermekek, nők, férfiak
DIVATÁRU



CÉGAUTÓBÉRLET

TELJES KÖRŰ SZOLGÁLTATÁSSAL
SZEMÉLYAUTÓK KEDVEZMÉNYES NETTÓ ÁRON!

BÁZISCSOMAG

Tartós bérleti konstrukció
Finanszírozás akár 0% ÖNERŐVEL
KGFB, Casco, cégautóadó, súlyadó

KOMPLETT CSOMAG (flottakezelés):

• Biztosítás kárügyintézés • Szervizelés-,
javítás-ügyintézés • Gumilahroncsok cseréje,
tárolása • Cseregépkocsi • Üzemanyagkártya

• www.carmenrent.hu • info@carmenrent.hu
• +36-96/423-037 • +36-70/427-6000



Audi
Hungaria

PROGRAMMANGEBOT | PROGRAMAJÁNLÓ

A rovatot az Audi Hungaria Motor Kft. támogatja

Die Interessenten können die **XXXI. OLYMPISCHEN SOMMERSPIELE** am Raab-Ufer an einer Riesenleinwand zwischen 5-21. August verfolgen.



20. AUGUST GYŐR – Am Wochenende 18-20. August in Marcalváros auf dem Zirkusplatz wird das Publikum mit vielen Stars, Bands, und lustigen, unterhaltsamen Programmen erwartet. Es tritt auf die Bühne unter anderem: Kis Grófó, Bódi Csabi, Bódi Gusztó és Margó, Foky, Sláger Tibor, Csimszai Rudolf, Bogi & The Berry, Bro'n'Sis, Szikora Róbert és az R-Go, Kasza Tibor, Lord. Den ganzen Tag Kinderspiele und Vergnügungspark.



ZWISCHEN 15 UND 21. AUGUST wird die **PROGRAMMREIHE DER HEILKRÄUTERWOCHE** des Jahres 2016 in der Benediktiner Abtei veranstaltet (Pannonhalma, Vár 1.). Im Laufe der Woche werden die Gäste mit verschiedenen mit den Heil- und Gewürzkräutern verbundenen populärwissenschaftlichen Handwerkerbeschäftigungen erwartet. Im Museum kann man erfahren, wie Mixtura Caroli aromatica gemacht wird; im Garten kann man Kränze, Sträuße aus Heilkräutern machen.

AUSSTELLUNG UND BÖRSE VON ANTIQUITÄTEN, KUNSTWERKEN UND HANDWERKERGEGENSTÄNDEN erwartet die Liebhaber der Antiquitäten am 21. August zwischen 7-14 auf dem Marktplatz auf der Tarcsay Strasse.

Der barocke Bräutigam und die barocke Braut sagen einander vor mehrtausenden von Menschen das Jawort am **BAROCK-WOCHENENDE IN GYŐR**. Traditionsbewahrende Städte, zeitgetreue Programme und die unentbehrliche traditionelle Hochzeitszeremonie krönt das Sommerwochenende am 12-14. August. Neben den Abendprogrammen erwarten tagsüber Konzerte, Messekomödien, Vorstellungen die Interessenten. Detailliertes Programm auf der Webseite gyorplusz.hu.

FORMULA STUDENT HUNGARY – Zwischen 18. und 21. August kommen aus der ganzen Welt Gruppen in die Győr-Gönyű Kai, damit sie sich mit den selbst geplanten und gebauten Rennautos mit einem Sitz messen. Im Laufe des viertägigen Programms messen sich die teilnehmenden jungen Studenten und ihre Autos sowohl theoretisch als auch praktisch.



OPENHOUSE INGATLANKÖRKÉP

Az OPENHOUSE ingatlanpiaci kínálatából

Győr-Nádorváros frekventált részen található, üzleti kialakítású, 120 nm alapterületű családi ház eladó. Ár: 32,5 M Ft. +36-70/459-3010

Győr-Szabadhegyen nappali + 3 háló, új építésű sorház eladó saját garázzsal, udvarral. Ár: 33,17 M Ft. +36-70/703-0865

Győr-Marcalváros II-n eladó egy 2 szoba – hallos, részben felújított lakás. Ár: 11,9 M Ft. +36-70/703-0865

Győr-Ménfőcsanakon várja a tökéletes klimatizált, kéterkélyes, 2 szoba + nappalis otthona. Mindez csupán 20,99 M Ft-ért az Öné lehet! +36-70/601-0228

Győr-Belváros kedvelt részén kiadó egy 60 nm-es, 2 szoba + galériás, gyönyörűen felújított lakás. Üzletnek és lakásnak egyaránt kiváló. +36-70/601-0228

Eladó Győr-Belváros szívében egy teljesen felújított, 59 nm-es lakás. Várja igényes, belvárosi hangulatra vágyó tulajdonosát. Irányár: 19,9 M Ft. +36-70/601-0228

Győr-Kisbácsán eladó egy 95 nm-es, tetőteres, igényes sorházi lakás

kicsi kertkapcsolattal. Irányár: 28,5 M Ft. +36-70/601-0228

Győr-Ménfőcsanakon 1159 nm-es építési telek eladó! Ár: 12,4 M Ft. +36-70/459-2409

Gyirmóton 110 nm-es, kétszintes, 2005-ben épült, téglás társasházi lakás eladó! Ár: 23,5 M Ft. +36-70/459-2409

Koroncón 800 nm-es telken található 92 nm-es, 3 szobás családi ház eladó! Ár: 8,99 M Ft. +36-70/459-2409

Téten nappali + 3 szobás, összközműves családi ház eladó. Irányár: 9,5 M Ft. +36-70/456-0470

Győr-Gyárvárosban 60 nm-es, 2 szobás, 4. emeleti, klímás, téglalakás eladó! Ár: 16,4 M Ft. +36-70/372-0109

Győrszentiván csendes utcájában, 2 szoba + nappalis, felújítandó családi ház eladó! Ár: 13,9 M Ft. +36-70/372-0109

Győrszentiván csendes utcájában, az Auditól pár percre, 3 szoba + nappalis családi ház eladó! Ár: 22,9 M Ft. +36-70/372-0109

Győr-Szabadhegyen 3 szobás, téglalapítású, egyedi fűtésű lakás, saját, nagy udvarral, kerttel, dupla garázzsal eladó. Ár: 18,8 M Ft. +36-70/372-0105

Győr-Szabadhegyen kis családi ház kerttel, garázzsal eladó. Ár: 14 M Ft. +36-70/372-0105

Győr-Szigetben 2003-as építésű, 37,5 nm-es társasházi lakás eladó! Ár: 13,9 M Ft. +36-70/489-2014

Győr-Szigetben felújítandó, 36 nm-es, erkélyes téglalakás eladó! Ár: 9,5 M Ft. +36-70/489-2014

Ásványráró 110 nm-es, 5 szobás családi ház gondozott udvarral eladó! Ár: 18 M Ft. +36-70/489-2012

Győr-Nádorváros forgalmas részén 68 nm-es irodahelyiség kiadó! Ár: 109 E Ft/hó. +36-70/489-2012

Győrújbaráton új építésű, nappali + 3 szobás, különálló, családi ház még leköthető. Ár: 22,65 M Ft. +36-70/777-7844

Győr-Nádorvárosban, a vásárcsarnok közelében, felújított, 3 szobás, erkélyes panellakás eladó. Ár: 14,9 M Ft. +36-70/977-7844

Győr-Nádorvárosban, a Bem tér közelében, felújított, 4 szobás lakás eladó. Ár: 39,9 M Ft. +36-70/977-7844

Győr-Nádorvárosban 2003-ban épült társasházban 57,7 nm-es, amerikai konyhás, nappali + két hálószobás társasházi lakás, teremgarázsban található gépkocsibeállással eladó. Ár: 22,5 M Ft. +36-70/977-7830

Győr-Nádorvárosban 55 nm-es, műanyag nyílászárós, egyedi fűtéses, erkélyes, felújított társasházi lakás eladó. Ár: 17,2 M Ft. +36-70/977-7830

Győr-Kisbácsán várja tulajdonosát a két generáció részére is alkalmas, 1000 nm-es telken levő, 150 nm-es, teljesen felújított családi ház. Ez most 41,5 M Ft-ért az Öné lehet! +36-70/601-0228

Győr-Kisbácsán felújítandó családi ház eladó! A telek 1000 nm-es. Irányár: 19,8 M Ft. +36-70/601-0228

Győrben, az AUDI iskolánál eladó egy társasház építésére is alkalmas, 630 nm-es telek. Jelenleg ház is van rajta. Irányár: 34,5 M Ft. +36-70/601-0228



VÉNY NÉLKÜL

Adás minden csütörtökön,
a Híradó után

Augusztus 15. és augusztus 21. között zajlik a **2016. ÉVI GYÓGYNÖVÉNYHÉT** program-sorozat a Pannonhalmi Főapátságban (Pannonhorma, Vár 1.). A tematikus hét során a gyógy- és fűszernövényekhez kapcsolódó ismeretterjesztő és kézműves foglalkozásokkal várják a vendégeket.

SOÓS GÁBOR ÉS A GYŐRI ÜTŐ- EGYÜTTES KÖZÖS KONCERTJE

lesz augusztus 15-én 19.30-tól, a győri Szent Imre-plébániatemplomban. A hagyományos, főként barokk korszakra jellemző orgona hangzását az Orgona-Pont sorozat ezen koncertjén az ütős hangszerek népes családjából a dallamhangszerek fogják fűszerezni.

Az érdeklődők a Rába-parton, óriáskivetítőn követhetik végig a **XXXI. NYÁRI OLIMPIAI JÁTEKOK** küzdelmeit augusztus 5–21-ig.

KOLLONAY ZOLTÁN ORGONAHANGVERSENYÉT hallhatják az érdeklődők augusztus 20-án 15.30 órai kezdettel a pannonhalmi Bazilikában. **KÖZREMŰKÖDIK: VÁMOSI PÉTER**

KULTURÁLIS kínáló

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: FEHÉR ZSUZSANNA

**RÉGISÉGEK, MŰ-
ALKOTÁSOK ÉS
KÉZMŰVES TÁR-
GYAK KIÁLLÍTÁSA
ÉS BÖRZÉJE** várja
az antikvitások szerel-
meseit augusztus 21-
én 7–14 óra között, a
Tarcsay úti piacon.

AUGUSZTUS 18–20-I HÉTVEGÉN Marcal-
városban, a Cirkusztéren változatos fellépőkkel,
zenekarokkal, vidám programokkal, bemuta-
tókkal várják a szórakozni vágyó közönséget.
Fellép többek között: Kis Grófó, Bódi Csabi, Bó-
di Gusztó és Margó, Foky, Sláger Tibó, Csimszi
Rudolf, Bogi & The Berry, Bro'n'Sis, Szikora Ró-
bert és az R-Go, Kasza Tibor, Lord. Egész na-
pos gyermekjátékok és vidámpark

A Mobilis Interaktív Kiállítási Központ
**RENDAHAGYÓ KÍSÉRLETI BEMU-
TATÓVAL** várja a leendő kis űrhajóso-
kat, holdutazókat augusztus 20-án és
21-én 12 és 16 órakor. Az érdeklődők
tanácsokat kaphatnak a vizes-szárazje-
ges-levegős-nitrogénes-ecetes-alko-
holos rakétákról. Némelyiket le is tesz-
telhetik. "Menj és tedd próbára magad!"



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!

Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata
tiszteltet meghívja Önt

SZENT ISTVÁN-NAPI koszorúzási ünnepségére.

IDŐPONT:

2016. augusztus 18. (csütörtök) 15.30 óra

HELYSZÍN:

Szent István király szobra
Győr, Bécsi kapu tér

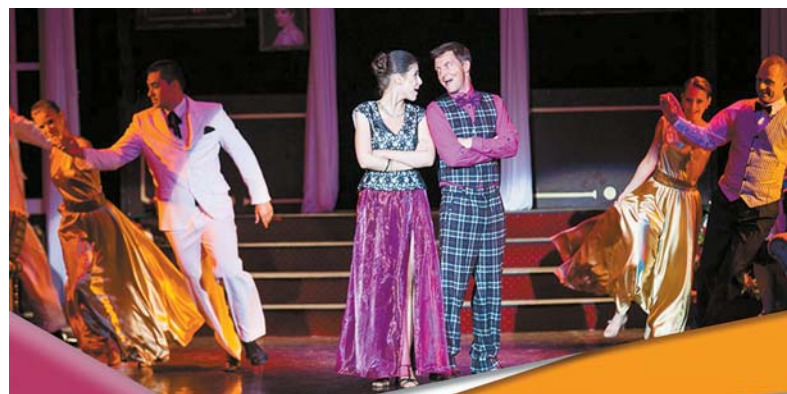
Ünnepi beszédet mond:

Fekete Dávid

Győr Megyei Jogú Város alpolgármestere

Közreműködik:

Kóródi-Kovács Anna



Huszka Jenő - Martos Ferenc

LILI BÁRÓNŐ

operett két felvonásban

A Cervinus Teátrum előadása

Rendező: Varga Viktor

2016. augusztus 26., 20.00

Monostori Erőd, Komárom

www.EROD.HU +36 34 540 582 /MONOSTORIEROD



jegymester.hu

KOMÁROM

nc

ERŐS EMLÉKEZÉS



GYŐR MEGHÍVJA ÖNT!

VOICES OF 2016!

STAR SINGERS ON STAGE

PLÁCIDO DOMINGO'S OPERALIA

Winners of 2013, Guadalajara, Mexico

2016. AUGUSZTUS 21.,
VASÁRNAP, 20:00 ÓRA
GYŐR, SZÉCHENYI TÉR

A BELÉPÉS DÍJTALAN!



YUNPENG WANG

OLGA KULCHYNSKA

RENÉ BARBERA

PLÁCIDO
DOMINGO'S
OPERALIA
WINNERS

GYŐRI FILHARMONIKUS ZENEKAR



AZ EST VENDÉGE
SIMON BRIGITTA



KÁRMESTER
MICHAEL GÜTTLER



MÓDERÁTOR
MESTERHÁZY GYULA



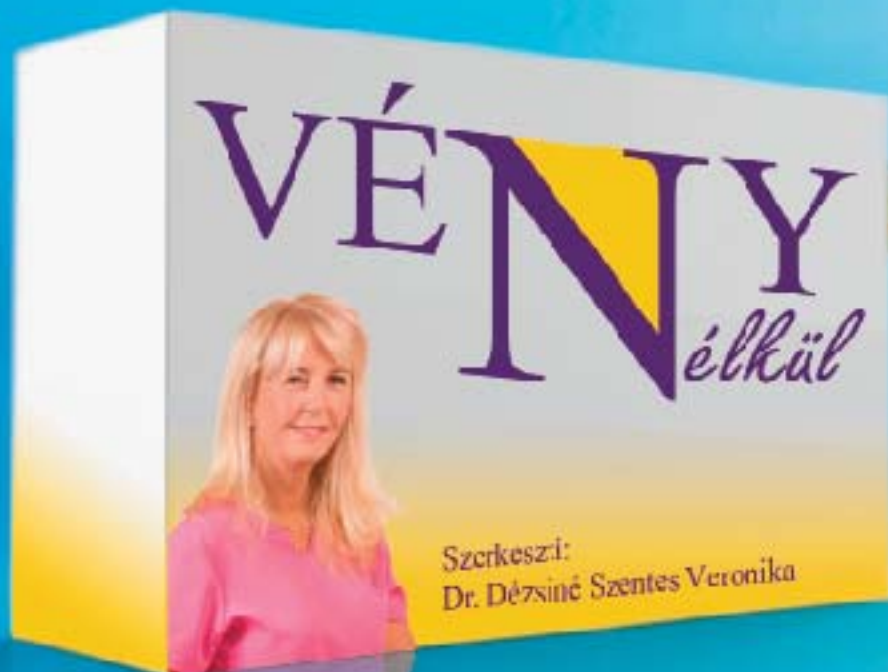
Győr Megyei
Önkormányzat
A Jókai Győrben Áll.



VIP jegyek: **jegy.hu**

www.guliand.co.uk
www.facebook.com/voices

GULIAND
CONCERTS



Nyaki ultrahangvizsgálat a stroke megelőzésére

Akiknek a nyaki artériáiban zsíros plakkok rakódtak le, hatszor nagyobb az esélyük a stroke-ra. A magas vérnyomás és koleszterinszint is rizikófaktor a rettegett betegségnek, a stroke-nak.

A legfontosabb rizikófaktorok

A szűkült nyaki erek sajnos semmiféle érzékelhető tünetet nem okoznak, ám hatalmas kockázatot rejtene a stroke kialakulása szempontjából. Azoknak az embereknek, akiknek a nyaki artériáiban zsíros plakkok rakódtak le, hatszor nagyobb az esélyük a stroke-ra, mint azoknak, akik másféle, nem ilyen típusú plakkal élnek. A rizikót tovább növelik bizonyos tényezők, mint a magas vérnyomás, magas koleszterinszint, a cukorbetegség, a dohányzás és a meglévő szív- és érrendszeri betegségek.

Nyaki ultrahang a stroke megelőzésére

A rizikótényezőkkel rendelkezők számára kiemelten fontos a rendszeres nyaki ultrahang-ellenőrzés. A nyaki erekben elkezdődik az érlemezés, és egy kiugróan magas vérnyomás esetén a plakkból (felrakódásból) könnyen leválhat egy darab, ami stroke-ot eredményezhet. A stroke kialakulhat azért is, mert az ér nem bírja a magas vérnyomás által okozott terhelést egy kiugrásnál. Ha viszont a nyaki ultrahangvizsgálat előzetesen kimutatja a nyaki erek meszesedését, a beteg megelőzőképpen kaphat megfelelő gyógyszeres kezelést, amely megakadályozza a plakk további növekedését, és azt, hogy a plakk felszínére rárakódott vérelemek – melyek frissen rakódnak oda és így könnyen le tudnak sodródni a felszínről –, leszakadjanak, és ez okozzon stroke-ot. A stroke harmadik kiváltó oka lehet, ha a nyakban elzáródik egy ér. Ennek előjeleit szintén ki lehet mutatni nyaki ultrahang-

vizsgálattal, valamint a szűkület mértékét is mérni lehet így. A probléma megoldására szintén rendelkezésre áll gyógyszer, de természetesen nagyobb szűkület esetén szükség lehet egy érsebészeti műtetre, amellyel kitakarítható az érbelseje. Diagnosztikai módszer (de nem szűrővizsgálat) lehet még az érfestés, amely azonban invazív, sugárterheléssel járó vizsgálat. Az is előfordul, hogy az érfestést egyben terápiás módszerként is alkalmazzák, mert egy ülésben kitágítják és ún. stent-beültetéssel nyitva tartják a beszűkült eret.

Kivizsgálás

Fokozott kockázati tényezők esetén, különösen magasvérnyomás-betegség esetén tehát szükséges egy hasi ultrahang, hogy kiderüljön, nem ves-e eredetű-e a probléma, és kell-e egy nyaki ultrahang is, hogy eldöljön, szükséges-e gyógyszeres kezelés. Ha nincs további figyelmeztető jel, elég évente-kétévente beiktatni egy kontrollt, ha azonban komoly elváltozás van jelen, félévente ajánlott a felülvizsgálat. A nyaki ultrahangvizsgálat-hoz nem szükséges előkészület, a páciensnek mindössze a nyakát kell szabadrá tennie, amíg hanyatt fekszik a vizsgálóágyon. A nyak bőrét az ultrahanghullámok terjedését elősegítő zselével kenik be, a szakértő pedig ráhelyezi a vizsgálófejet a nyakra és értékeli a paramétereket. Az ultrahang vizsgálatok további nagy előnye, hogy kockázat- és fájdalommentesek, nem járnak sugárterheléssel és korlátlanul ismételhetők.



RÖVIDEN

A helytelen ülés veszélyei

A helyes ülést már gyerekkorban tanítani kellene, mert ha rögzül a rossz testtartás, az az izmok zsugorodását, derékfájást, porckorongsérvet, a hát, a nyak és a váll fájdalmait válthatja ki. Ha görnyedten ülünk, akkor a tartás terhe a passzív tartórendszere nehezedik (szalagok, csontok). Ebben a helyzetben a szalagok megnyúlnak, a csontszélek érintkeznek, a porckorongok többszörösen terhelődnek és összenyomódnak. A túlterhelés miatt rossz lesz a szövetek keringése és anyagcseréje. A helyes ülés szabályai a következők:

- Ülő helyzetben a talp alátámasztása mellett a térd és a csípő kb. 110 fokos szöget zárjon be.
- A szék támlája támassza meg a lapocka alsó csücskét és a derekat.
- Fontos, hogy az asztal magassága úgy legyen beállítva, hogy ne kelljen fölé görnyedni és az alkar is kényelmesen legyen alátámasztva írás közben.
- Ha valaki egész nap ül, legalább óránként álljon fel, és végezzen néhány nyújtó mozgulatot, izommegfeszítést

A csalánkiütés előfordulása

A csalánfolt a bőr középső rétegében, az irhában (dermis) kialakuló vizenyő. Az ödéma a bőr ereinek fokozott átjárhatósága (permeabilitása) miatt jöhet létre, amit leggyakrabban a hisztamin nevű anyag felszabadulása okoz. A bőrben számos különböző inger kiválthatja a hisztamin kiáramlását a fehérvérsejtek közé tartozó hízósejtekből, felszabadulása például allergiás reakció következménye lehet. A kiváltó allergének gyakran gyógyszerek, konzerválószer, élelmiszerek, baktériumok, féreg, allergiás alapon alakul ki csalánfolt abban az esetben is, amikor a bőrben a hisztaminfelszabadulást közvetlenül a bőrfelszínre helyezett anyagok, például nyers tojásfehérje, formalin, kozmetikumok alkotóelemei, növényi toxinok váltják ki (contact urticaria). A kezelésben legfontosabb a kiváltó ok kerülése. A gyógyszerek közül jó hatásúak a szájon át alkalmazott antihisztaminok.



A HÓNAP ORVOSI TÉMÁJA

Szerző:

Füves Zsuzsa

okleveles gyógypedagógus



Hamarosan kezdődik az iskola

Lassan beköszönt az ősz, megnyílnak az iskolák kapui a diákok előtt, ezzel együtt kezdődik az új tanév. Már csak néhány nap van hátra az első becsengetésig. Lélekben és fizikálisan is fel kell készülni a tanulásra a gyermekeknek és a családnak is. A tanulás egy olyan „mesterség”, amelyet ugyanúgy el kell sajátítani, mint akár egy szakmát, és érdemes jól csinálni.

Az idő szerepe

Sok gyermek szenved attól, hogy rossz módszerrel tanul. Rengeteg ideje megy el a tanulásra, mégsem hozza a tőle elvárható eredményt. Amennyiben a háttérben nem képességbeli problémák húzódnak meg, feltételezhetően rossz módszerrel tanul a gyermek. A tanulás egyik fontos tényezője a jó időbeosztás. Nehéz az idővel jól gazdálkodni, főleg ha sok a lecke és a tanulnivaló. Tudnunk kell, hogy gyakran jobban emlékszünk a tananyagra egy, két vagy három nappal azután, hogy megtanultuk, mint közvetlenül a tanulás után. Négy nappal a tanulás után viszont elfelejtjük, amennyiben nem ismételtük át az anyagot. Ebből az következik, hogy a hétfőn feladott, de csütörtökön kikérdezésre váró tananyagot érdemes hétfőn meg-

tanulni és kedden, szerdán röviden átismételni. Ha a lecke nehezen megjegyezhető – de másnapra kell tudni –, akkor meg kell tanulni alaposan és a nap lezárásaként átismételni. Vagyis kétszer kell vele foglalkozni. A kezdeti nehézségek után – ha kialakult a he-

lyes tanulási stratégia, a jó időbeosztás – már jönnek a teljesítmény sikerei.

Hasznos hangosan felmondani

Nagyon nehéz megjegyezni azt, amit az ember nem ért. A tanuló akkor érti a tananyagot, ha saját szavaival is el tudja mondani. Ahhoz, hogy a gyermek megértse a meghatározást, képletet, értenie és ismernie kell az adott tudomány szavait. Tudományos vizsgálatok kimutatták, hogy a hallottak 20%-át, a látottak 30%-át, a látott és hallott információk 50%-át, a kimondott szavak 70%-át és az aktív cselekvéssel bevésített információk

90%-át jegyezzük meg. Ez fontos információ a pedagógus és a tanulást segítő szülő számára is.

Pihenés és szünet

Két tantárgy tanulása között is lehet szünetet tartani, akár 10-15 perceset is. Megkönnyíti a tanulást, ha egymástól tartalmában eltérő leckeeket tanul a diák egymás után. A pihenésre legalább annyira érdemes odafigyelni, mint magára a bevésésre. Akkor pihenünk a legjobban, ha éppen ellentétes tevékenységet végzünk azzal a tevékenységgel összehasonlítva, amelyet előtte hosszú időn át végeztünk. Az is-

JÓ TUDNI

Így készítsük fel a gyereket az első napra

Fontos, hogy beszéljünk a gyerekeknek az elkövetkező változásról, akkor is, ha a gyerek esetleg fél tőle. Előnyös, ha néhány nappal a kezdés előtt ellátogatunk a leendő iskolába, megismerjük a nevelőket. Akár el is játszhatjuk, mi fog majd történni az első napon, ezzel is csökkentve a bizonytalanságot, felkészítve gyermekünket arra, mi vár rá. Legyen ez egy jó mulatság, de semmiképpen ne essünk túlzásokba, ne fessünk hamisan pozitív képet az iskoláról. Az első nap előtti délután megemlíthetjük, mi történik majd másnap, de az első nap reggelén már ne kerítsünk túl nagy feneket a dolognak, fogjuk rövidre a búcsúzást. Fontos, hogy a kicsi csak azt érezze, mi bízunk benne, tudjuk, hogy helyt fog állni, és ha megszokja az új helyzetet, jól érzi majd magát. A mi magabiztosságunk erősíti majd gyermekének!





„Az iskolai tanulás után kellemesen kikapcsol a mozgás, a zenehallgatás. Ha fizikailag kicsit kifáradt a gyermekünk, szívesebben ül le és eredményesebben fog működni az agya is.”

iskolai tanulás után kellemesen kikapcsol a mozgás, a zenehallgatás. Ha fizikailag kicsit kifáradt a gyermekünk, szívesebben ül le és eredményesebben fog működni az agya is.

Fontos az alvásidő

Az alvásidő egy kisebb gyermeknél 8-10 óra. Az éjfél előtti alvással töltött óráknak komoly szerepük van a pihenésben. A fentieket figyelembe véve, a ta-

nulás és a pihenés helyes arányának megtalálása és betartása előrelépés a kellemes és hatékony tanulás felé. Az otthoni tanulás feltételeinek a megteremtése a szülő és a gyermek közös feladata.

TETOVÁLÁS ELTÁVOLÍTÁS GYŐRBEN

*Új és biztonságos lézeres eljárás.
Válaszd a vezető technológiát!*

**JELENTKEZZ
INGYENES
KONZULTÁCIÓRA!**

06 (40) 374-606

9024 GYŐR, HUNYADI U. 14/16. LEIER CITY CENTER

www.aesthetica.hu



AESTHETICA
ORVOSI
KÖZPONT

CREATIVE CHEF

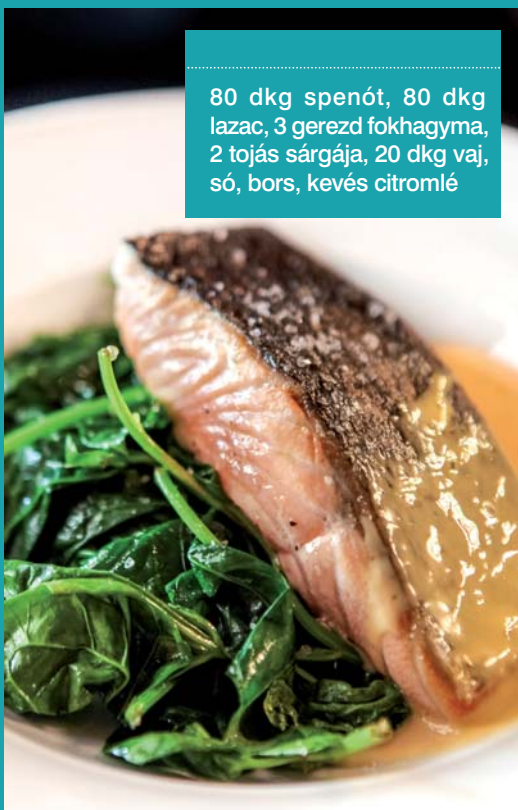
Elegáns
egyszerűség

Nagy Eszter, az RTL Klub Konyhafőnök 2 című műsorának harmadik helyezetteje ezen a héten egy könnyű nyári fogást ajánl olvasóinknak.

Grillezett lazac hollandi mártással,
fokhagymás spenótágyon

A lazacot lepikkelyezem, a szálkáit kiszedem, négy egyforma szeletet vágok belőle és 10 percre 10 százalékos sóoldatba teszem. (1 liter víz+10 dkg só) Mikor az idő lejárt, picit lecsepegtetem. A spenótlevet erét eltávolítom, majd a zöldet durva darabokra vágom és mindössze egy-két perc alatt olívaolajos serpenyőben zúzott fokhagymával és kevés sóval összeforgatom. (Nem kell, hogy nagyon összeessen.) A hollandi mártáshoz a vajat felforralom, majd a habosra vert tojássárgájához óvatosan (folyamatos habverés mellett) hozzácsorgatom. Kevés sóval és citromlével ízesítem. A lazacot forró serpenyőben bőrével lefele kezdem sütni, majd kb. 2 perc után, mikor a bőre elég ropogós, egy pillanatra a másik felére átfordítom. A lazacokat spenótágyra ültetem és a hollandival nyakon öntve tálalom.

80 dkg spenót, 80 dkg lazac, 3 gerezd fokhagyma, 2 tojás sárgája, 20 dkg vaj, só, bors, kevés citromlé



BORAJÁNLO

A Creative Chef fogásához a Borháló ezt ajánlja:

A RIÓI ÖTKARIKÁS JÁTEKOK IDEJÉRE ÖSSZEÁLLÍTOTTUNK EGY IGAZÁN NYERŐ BORCSOMAGOT, AMIBE KERÜLT EGY AJÁNDÉK ÜVEG BOR IS:



- 1. Tóth Ferenc Siller 2 I** – Friss, erős, ropogós, piros bor. Se nem vörös, se nem rosé – pont nyárra való
AJÁNDÉK Eredet Pince Cserszegi fűszeres 1,5 l magnum palackban
Könnyedsége derűs, zamata a friss muskotályos szőlőszemé, illatában és zamatában az Irsai Olivér hatása, fűszerességében, aromáiban pedig a fűszeres traminai jelenik meg.
- 2. Vesztergombi Blue Franc 0,75 l** – Csak a Borhálóban beszerezhető különlegesség
- 3. Belward Zöldvetteleni 1,5 l** – A legjobb hazai zöld vetteleni, amit eddig ittunk.
- 4. Günzer Tamás Opus 1,5 l** – Megdöbbentően zamatos, komoly nagy vörösbor Günzer Tamástól. Komoly embereknek komoly eseményekre egy komoly bor...
- 5. Várszegi Sárgamuskotály 2 I** – Igazi illatos, friss, üde és könnyű bor, ami szinte mindig jólesik...

A **fehér szín** a versengő országok közötti békét és barátságot szimbolizálja. Ennek jegyében az öt bor mellé ajándékba adunk egy hatodikot, amit először csak ebben a csomagban mutatunk be:

Az összes bor kizárólag nálunk kapható, saját válogatásunk része, mindre büszkék vagyunk.

A csomag ára **9.990 Ft**

A csomag csak előjegyzéssel vásárolható meg.

Előjegyzéseket a gyor@borhalo.com e-mailen, vagy a 06-96/310-797 telefonszámon várjuk.

„HA BOR, AKKOR BORHÁLÓ”

Győr, Pálffy u. 3. Nyitvatartás: hétfő–szombat 10–20 óra
www.borhalo.com/gyor Facebook: borhalogyor

TUDTA?

Tavaly másfél millió
illegális bevándorló
érkezett Európába.

NÉPSZAVAZÁS
2016. OKTÓBER 2.

Készült Magyarország Kormánya megbízásából

AUGUSZTUS 13., SZOMBAT

AUGUSZTUS 14., VASÁRNAP

AUGUSZTUS 15., HÉTFŐ

AUGUSZTUS 16., KEDD

AUGUSZTUS 17., SZERDA

DUNA TV
05:45 Himnusz 05:50 Hajnali gondolatok 05:55 Hazajáró 06:25 Három jármód 06:55 Kenő 07:00 Híradó 07:30 Balatoni Nyár 09:25 Hogy volt!? 10:25 Olasz – magyar örökség 10:55 Térkép 11:25 Magyar Krónika 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó 12:45 Kult+ 12:55 Ízörök 13:30 Az élet kódja 14:30 Peru, Chile 15:00 Szeretettel Hollywoodból 15:35 A leányvári boszorkány 17:00 A muskétások (angol kalandfilmsor., III./9. rész, 2015) (Eredeti hang digitálisan) – A tét a teletext 333. oldalán. 18:00 Híradó 18:35 SzerencseSzombat 19:30 Duti! dili 21:25 Mission: Impossible 3. 23:30 Kenő 23:35 Nyugaton a helyzet változatlan 01:45 Angel 03:40 Tengerek világa

DUNA TV
05:45 Himnusz 05:50 Hajnali gondolatok 05:55 Rome Reports – Vatikáni híradó 06:15 "Igy szól az Úr!" 06:25 A sokszínű vallás 06:40 Kérdések a Bibliában 06:55 Kenő 07:00 Híradó 07:40 Balatoni Nyár 09:00 Isten kezében 09:25 Kereszt-Tények 09:35 Útrutató – A befogadó falu 10:05 Református ifjúsági műsor 10:10 Evangélikus ifjúsági műsor 10:20 Utón-útfélen 10:30 Református magazin 11:00 Szélrózsza 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó 12:45 Kult+ 12:55 Martin Clunes – Emberek és állatok 13:45 A világörökség kincsei 14:05 Ötletek közt az idő 15:40 Toprini nász 17:10 Meny-nyei kötelek 18:00 Híradó 18:35 Cédrusliget 19:25 Az Adlon hotel 21:05 Truman show 22:50 Kenő 22:55 Duti! dili 00:45 Az Adlon hotel 02:25 Hátartalanul magyar 02:50 P'amende – Cziffra György emlékére

DUNA TV
05:45 Himnusz 05:50 Hajnali gondolatok 06:05 Halálbiztos diagnózis 06:55 Kenő 07:00 Híradó 07:25 Roma Magazin 07:55 Domovina 08:35 Paula és a vadállatok 09:05 A hegyi doktor 10:00 Balatoni Nyár 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó 12:35 Időjárás-jelentés 12:45 Kult+ 12:55 Jamie vidéki konyhája 13:25 Család-barát 14:25 Halálbiztos diagnózis 15:15 Erdészház Falkenauban 16:10 Charly, majom a családban 17:05 Doc Martin 18:00 Híradó 18:30 Időjárás-jelentés 18:35 A hegyi doktor 19:25 Tövismadarak 20:20 Csak színház és más semmi 21:20 Hawaii Five-0 22:05 Kenő 22:10 On the Spot 23:05 „Mint egy mély folyóban” 23:35 Magyar Krónika 00:05 NémetEgység @ Balatonnál – Mészöld 01:25 Hajnali hang meghalnak az álmok 03:00 Truman show

DUNA TV
05:45 Himnusz 05:50 Hajnali gondolatok 06:05 Halálbiztos diagnózis 06:55 Kenő 07:00 Híradó 07:25 Srpski Ekran 07:55 Unser Bildschirm 08:35 Paula és a vadállatok 09:05 A hegyi doktor 10:00 Balatoni Nyár 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó 12:45 Kult+ 12:55 Jamie vidéki konyhája 13:25 Család-barát 14:25 Halálbiztos diagnózis 15:20 Erdészház Falkenauban 16:10 Charly, majom a családban 17:05 Doc Martin 18:00 Híradó 18:30 Időjárás-jelentés 18:35 A hegyi doktor 19:25 Tövismadarak 20:25 A fátyolos hölgy 21:20 A fátyolos hölgy 22:20 Kenő 22:25 Végjáték 00:00 Utazás egy indiai ashramba 01:30 A tánc szenvedélye 03:20 Magyar történelmi arcképcsarnok 03:40 Tengerek világa

DUNA TV
05:45 Himnusz 05:50 Hajnali gondolatok 06:05 Halálbiztos diagnózis 06:55 Kenő 07:00 Híradó 07:15 Időjárás-jelentés 07:25 Hrvatska kronika 07:55 Ecranul nostru 08:35 Paula és a vadállatok 09:05 A hegyi doktor 10:00 Balatoni Nyár 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó 12:35 Időjárás-jelentés 12:45 Kult+ 12:55 Jamie vidéki konyhája 13:25 Család-barát 14:30 Halálbiztos diagnózis 15:20 Erdészház Falkenauban 16:10 Charly, majom a családban 17:05 Doc Martin 18:00 Híradó 18:30 Időjárás-jelentés 18:35 A hegyi doktor 19:30 Tövismadarak 20:25 Skandináv lottó sorsolás 20:35 Szabadság tér 22:55 21:30 Ébredés 23:20 Kenő 23:20 Lourdes – Szent Bernadett legendája 01:05 A természetem szervezem 02:45 Hátartalanul magyar 03:10 P'amende – Egy szelet nosztalgia

RTL KLUB
04:15 Gálvölgyi-show 04:45 Szívek doktora 05:25 Chuck 06:10 Top Shop 06:40 Kölyökklub 09:45 Nevelésből elégséges 10:15 Top Shop 11:05 Egy rém modern család 11:30 Street Kitchen 12:00 Autogram 12:35 Fitt Mánia 13:05 Agymenők 13:35 Agymenők 14:00 Jeges pokol 15:50 Castle 16:55 Castle 18:00 RTL Klub Híradó 18:50 1 perc és nyers! 19:50 Csúcsműsorban 3. 21:25 Drágán add az életed 00:00 Kelly hősei 03:00 Győzike

RTL KLUB
04:10 Gálvölgyi-show 04:50 Szívek doktora 05:30 Chuck 06:15 Top Shop 06:50 Kölyökklub 09:45 EgészségKalausz 10:15 Top Shop 11:05 A Muzsika TV bemutatja 11:40 Egy rém modern család 12:05 Egy rém modern család 12:30 Csúcsműsorban 3. 14:10 Szupervihar 2: Ha eljön a világvége 18:00 RTL Klub Híradó 18:50 Cobra 11 19:55 Harry Potter és a Halál ereklyéi I. rész 22:40 A másik én 01:10 Portré 01:45 Harry Potter és a Halál ereklyéi I. rész

RTL KLUB
04:00 Fókusz 04:35 Story Extra 05:00 Barátok közt 05:30 Top Shop 05:55 Jó reggelt, skacok! 07:35 RTL Klub Híradó 08:05 Fókusz 08:40 Story Extra 09:20 Asztro Show (élő) 10:15 Top Shop 12:05 Street Kitchen 12:35 Agymenők 13:00 Glee – Sztárok leszünk! 14:00 Tűzön-vízen 15:05 Éjjel-nappal Budapest 16:20 Isten áldjon, Esperanza! 17:25 Story Extra 18:00 RTL Klub Híradó 18:55 Fókusz 19:35 Éjjel-nappal Budapest 20:50 Barátok közt 21:30 Amerikai taxi 23:25 RTL Klub Híradó 00:00 Döglött akták 01:05 Az élet csajos oldala 01:30 Az élet csajos oldala 02:00 Mi muzsikusz lelkek

RTL KLUB
04:00 Fókusz 04:35 Story Extra 05:00 Barátok közt 05:30 Top Shop 05:55 Jó reggelt, skacok! 07:35 RTL Klub Híradó 08:05 Fókusz 08:40 Story Extra 09:20 Asztro Show 10:15 Top Shop 12:05 Portré 12:35 Agymenők 13:00 Glee – Sztárok leszünk! 14:00 Tűzön-vízen 15:05 Éjjel-nappal Budapest 16:20 Isten áldjon, Esperanza! 17:25 Story Extra 18:00 RTL Klub Híradó 18:55 Fókusz 19:35 Éjjel-nappal Budapest 20:50 Barátok közt 21:30 Szulejmán 22:35 Glades – Tengerparti gyilkosságok 23:35 RTL Klub Híradó 00:10 A rejtély 01:10 Fitt Mánia 01:45 Dallas: Jockey visszatér

RTL KLUB
04:00 Fókusz 04:35 Story Extra 05:00 Barátok közt 05:30 Top Shop 05:55 Jó reggelt, skacok! 07:35 RTL Klub Híradó 08:05 Fókusz 08:40 Story Extra 09:20 Asztro Show 10:15 Top Shop 12:05 Autogram 12:35 Agymenők 13:00 Glee – Sztárok leszünk! 14:00 Tűzön-vízen 15:05 Éjjel-nappal Budapest 16:20 Isten áldjon, Esperanza! 17:25 Story Extra 18:00 RTL Klub Híradó 18:55 Fókusz 19:35 Éjjel-nappal Budapest 20:50 Barátok közt 21:30 Szulejmán 22:35 Glades – Tengerparti gyilkosságok 23:35 RTL Klub Híradó 00:10 A rejtély 01:10 Fitt Mánia 01:45 Dallas: Jockey visszatér

TV2
04:15 Babavilág 04:40 Aktív 05:00 Sportos 05:05 Hungerő 06:00 Astro-Világ 07:00 Tv2 matiné 07:25 Barbie csodás karácsonya 09:00 Trendmánia 09:35 Izes élet 10:10 Babavilág 10:40 Egészség Klinika 11:10 Poggyász 11:45 Csapdába csalva 12:20 Villám Spencer, a karibi őrangyal 13:20 Zúrrangyalok 15:45 Hajrá csajok: A nagy összecsapás 18:00 Tények 19:00 Dr. Dolittle 2. 21:00 Halálos iramban 23:25 A Skorpiókirály 2. – Harcos születik 01:55 Sportos 02:00 Columbo: Végzetes nyom 03:35 A Bura alatt

TV2
04:20 A Bura alatt 05:05 Hungerő 06:00 Astro-Világ 07:00 Tv2 matiné 08:35 Nagy Vagy, Győri! 09:10 a'la CAR 09:45 Olimpiász – A sport mindenkié! 10:15 Stahl konyhája 10:50 Az Év Pasija 11:20 Több mint TestÖr 11:55 Izes élet – Best Of 12:25 Villám Spencer, a karibi őrangyal 13:25 Gyilkos sorok 14:30 Gyilkos sorok 15:35 Álomcsapat 18:00 Tények 19:00 Transformers 2: A bukottak bosszúja 22:15 A túlélő 00:20 Menekülő ember 02:20 Sportos 02:25 Az uralkodónő 03:10 Az uralkodónő 03:55 Haláli testcsere

TV2
04:40 Stahl konyhája 05:05 Sportos 05:10 Hungerő 06:05 Red Carpet – Sztárok testközében 06:15 Olimpiász – A sport mindenkié! 06:20 Mokka 09:20 Stahl konyhája 09:30 Babapercek 09:40 Teleshop 10:45 Astro-Világ 12:00 Tények Délben 12:30 Aktív 13:00 Csapdába csalva 13:35 Knight Rider 14:40 Walker, a texasi kopó 15:45 Maria 16:50 Megtört szívek 18:00 Tények 19:25 Édes Élet Holiday 20:40 Jóban Rosszban 21:25 Charlie angyalai 23:35 Red Carpet – Sztárok testközében 23:45 NCIS – Tengerészeti helyszínelők 00:50 Tények Este 01:35 Aktív 02:00 Sportos 02:05 Ezo.TV 03:05 Zsaruvér

TV2
04:35 Csapdába csalva 05:05 Sportos 05:10 Hungerő 06:05 Red Carpet – Sztárok testközében 06:15 Olimpiász – A sport mindenkié! 06:20 Mokka 09:20 Stahl konyhája 09:30 Babapercek 09:40 Teleshop 10:45 Astro-Világ 12:00 Tények Délben 12:30 Aktív 13:00 Csapdába csalva 13:35 Knight Rider 14:40 Walker, a texasi kopó 15:45 Maria 16:50 Megtört szívek 18:00 Tények 19:25 Édes Élet Holiday 20:40 Jóban Rosszban 21:25 Gondolkózz férfiaggal! 00:05 Red Carpet – Sztárok testközében 00:15 Doktor Rush 01:20 Tények Este 02:00 Aktív 02:20 Sportos 02:25 Ezo.TV 03:25 Diamond Club

TV2
04:50 Aktív 05:10 Hungerő 06:05 Red Carpet – Sztárok testközében 06:15 Olimpiász – A sport mindenkié! 06:20 Mokka 09:20 Stahl konyhája 09:30 Babapercek 09:40 Teleshop 10:45 Astro-Világ 12:00 Tények Délben 12:30 Aktív 13:00 Csapdába csalva 13:35 Knight Rider 14:40 Walker, a texasi kopó 15:45 Maria 16:50 Megtört szívek 18:00 Tények 19:25 Édes Élet Holiday 20:40 Jóban Rosszban 21:25 Pókember 3. 00:25 Red Carpet – Sztárok testközében 00:35 Lángoló Chicago 01:40 Tények Este 02:20 Aktív 02:40 Sportos 02:45 Ezo.TV 03:45 Heves jeges

VIASAT 3
05:40 Televíziós vásárlás 06:10 Will és Grace 06:35 Szívek szállodája 07:25 Szívek szállodája 08:20 Amerikai mesterszakács 09:15 Amerikai mesterszakács 10:15 Downton Abbey 11:25 Downton Abbey 12:35 A S.H.I.E.L.D. ügynökei 13:30 NCIS: Los Angeles 14:25 NCIS: Los Angeles 15:20 Castle 16:20 Castle 17:15 Flash – A Villám 18:10 Flash – A Villám 19:10 A nagy kiruccanás 21:00 Légszavár 23:00 Drogkartell 01:15 Átoksziget 01:55 Will és Grace 02:45 Will és Grace

VIASAT 3
04:10 Vérmes négyes 05:15 Televíziós vásárlás 05:45 Amerikai mesterszakács 06:35 Amerikai mesterszakács 07:25 Szívek szállodája 08:20 Szívek szállodája 09:15 Szívek szállodája 10:10 Will és Grace 10:40 Will és Grace 11:10 Will és Grace 11:40 Will és Grace 12:10 A S.H.I.E.L.D. ügynökei 13:10 NCIS: Los Angeles 14:05 NCIS: Los Angeles 15:00 Én kis asszisztensem 17:10 A nagy kiruccanás 19:00 Légszavár 21:00 Kardhal 23:00 A bátrak hazája 01:15 A hipnotizőr 03:20 Vérmes négyes 03:45 Vérmes négyes

VIASAT 3
04:10 Vérmes négyes 05:35 Televíziós vásárlás 06:05 Will és Grace 06:35 Will és Grace 06:55 Jóbarátok 07:20 Jóbarátok 07:45 Kettős ügynök 08:35 Downton Abbey 09:40 Szívek szállodája 10:35 Sütimester 11:55 A S.H.I.E.L.D. ügynökei 12:55 A S.H.I.E.L.D. ügynökei 13:55 NCIS: Los Angeles 14:50 NCIS: Los Angeles 15:50 Castle 16:50 Castle 17:50 Sütimester 19:05 Jim szerint a világ 19:35 Jim szerint a világ 20:05 Két pasi – meg egy kicsi 20:35 Két pasi – meg egy kicsi 21:00 Supergirl 22:00 Supergirl 23:00 Supergirl 00:40 Két pasi – meg egy kicsi 01:10 Kettős ügynök 02:05 Downton Abbey 03:30 Szívek szállodája

VIASAT 3
05:30 Televíziós vásárlás 06:00 Will és Grace 06:25 Will és Grace 06:50 Jóbarátok 07:15 Jóbarátok 07:40 Kettős ügynök 08:30 Downton Abbey 09:40 Szívek szállodája 10:35 Sütimester 11:55 A S.H.I.E.L.D. ügynökei 12:55 A S.H.I.E.L.D. ügynökei 13:55 NCIS: Los Angeles 14:50 NCIS: Los Angeles 15:50 Castle 16:50 Castle 17:50 Sütimester 19:05 Jim szerint a világ 19:35 Jim szerint a világ 20:05 Két pasi – meg egy kicsi 20:35 Két pasi – meg egy kicsi 21:00 Supergirl 22:00 Supergirl 23:00 Supergirl 00:40 Két pasi – meg egy kicsi 01:10 Kettős ügynök 02:05 Downton Abbey 03:05 Szívek szállodája

VIASAT 3
05:45 Televíziós vásárlás 06:15 Will és Grace 06:40 Will és Grace 07:05 Jóbarátok 07:30 Jóbarátok 08:00 Kettős ügynök 08:50 Downton Abbey 10:00 Szívek szállodája 10:55 Sütimester 12:15 A S.H.I.E.L.D. ügynökei 13:10 A S.H.I.E.L.D. ügynökei 14:10 NCIS: Los Angeles 15:10 NCIS: Los Angeles 16:10 Castle 17:05 Castle 18:05 Amerikai mesterszakács 19:05 Jim szerint a világ 19:35 Jim szerint a világ 20:05 Két pasi – meg egy kicsi 20:35 Két pasi – meg egy kicsi 21:00 Szex telefonhívásra 23:15 Hip-hop szerelem 01:30 Két pasi – meg egy kicsi 02:00 Kettős ügynök 02:45 Downton Abbey

GYŐR+ TV
07:00 Híradó (ism.) 07:20 Sporthírek (ism.) 07:30 Hello Győr! (ism.) 08:00 Híradó (ism.) 08:25 Sporthírek (ism.) 08:30 Építetek (ism.) 09:00 Híradó (ism.) 09:25 Sporthírek (ism.) 09:30 Gázfröccs (ism.) 10:00 Hello Győr! (ism.) 10:30 Képcsúsz 18:00 Zóoo+ (ism.) 18:30 Creative chef (ism.) 19:00 Győri7 19:45 Arrabona évszázadai (ism.) 20:00 Hello Győr! (ism.) 20:30 Zóoo+ (ism.) 21:00 Nyugdíjas Egyetem (ism.) 22:00 Győri7 (ism.) 22:45 Konkrét (ism.) 23:00 Zóoo+ (ism.) 23:25 Képcsúsz

GYŐR+ TV
07:00 Civil kurázi (ism.) 07:30 Credo (ism.) 08:00 Nyugdíjas Egyetem (ism.) 09:00 Gázfröccs (ism.) 09:30 Zóoo+ (ism.) 10:00 Vény nélkül (ism.) 10:30 Civil kurázi (ism.) 11:00 Képcsúsz 18:00 Győri7 (ism.) 18:45 Arrabona évszázadai (ism.) 19:00 Üzleti negyed (ism.) 19:30 Gázfröccs (ism.) 20:00 Építetek (ism.) 20:30 Kulisszák mögött (ism.) 21:00 Kamarai Magazin (ism.) 21:15 Konkrét (ism.) 21:30 Creative chef (ism.) 22:00 Győri7 (ism.) 22:45 Arrabona évszázadai (ism.) 23:00 Képcsúsz (ism.)

GYŐR+ TV
07:30 Vény nélkül (ism.) 08:00 Nyugdíjas Egyetem (ism.) 09:00 Hello Győr! (ism.) 09:30 Képcsúsz 19:00 Híradó 19:20 Sporthírek 19:30 Gázfröccs (ism.) 20:00 Híradó (ism.) 20:20 Sporthírek (ism.) 20:30 Kamarai Magazin (ism.) 21:45 Arrabona évszázadai (ism.) 21:00 Híradó (ism.) 21:20 Sporthírek (ism.) 21:30 Gázfröccs (ism.) 22:00 Híradó (ism.) 22:20 Sporthírek (ism.) 22:30 Vény nélkül (ism.) 23:00 Híradó (ism.) 23:20 Sporthírek (ism.) 23:30 Képcsúsz (ism.)

GYŐR+ TV
07:00 Híradó (ism.) 07:20 Sporthírek (ism.) 07:30 Gázfröccs (ism.) 08:00 Híradó (ism.) 08:20 Sporthírek (ism.) 08:30 Kamarai Magazin (ism.) 08:45 Arrabona évszázadai (ism.) 09:00 Híradó (ism.) 09:20 Sporthírek (ism.) 09:30 Képcsúsz (ism.) 19:00 Híradó 19:20 Sporthírek 19:30 Hello Győr! 20:00 Híradó (ism.) 20:20 Sporthírek (ism.) 20:30 Creative chef (ism.) 21:00 Híradó (ism.) 21:20 Sporthírek (ism.) 21:30 Hello Győr! (ism.) 22:00 Híradó (ism.) 22:20 Sporthírek (ism.) 22:30 Creative chef (ism.) 23:00 Híradó (ism.) 23:20 Sporthírek (ism.) 23:30 Képcsúsz (ism.)

GYŐR+ TV
07:00 Híradó (ism.) 07:20 Sporthírek (ism.) 07:30 Hello Győr! (ism.) 08:00 Híradó (ism.) 08:20 Sporthírek (ism.) 08:30 Creative chef (ism.) 09:00 Híradó (ism.) 09:20 Sporthírek (ism.) 09:30 Képcsúsz (ism.) 19:00 Híradó 19:20 Sporthírek 19:30 Zóoo+ (ism.) 20:00 Híradó (ism

AUGUSZTUS 18., CSÜTÖRTÖK AUGUSZTUS 19., PÉNTEK

DUNA TV

05:45 Himnusz **05:50** Hajnali gondolatok **06:05** Halálbiztos diagnózis ■ **06:55** Kenő **07:00** Híradó **07:10** Időjárás-jelentés **07:25** Rondó **07:55** Kvar-tett **08:35** Paula és a vadállatok **09:05** A hegyi doktor ■ **10:00** Balatoni Nyár ■ **12:00** Déli harangszó **12:02** Híradó **12:30** Időjárás-jelentés **12:40** Kult+ ■ **12:50** Jamie vidéki konyhája ■ **13:20** Család-barát **14:20** Halálbiztos diagnózis ■ **15:05** Erdészház Falkenauiban ■ **15:55** Charly, majom a családban ■ **16:45** Szerencse Híradó ■ **17:05** Doc Martin ■ **18:00** Híradó **18:30** Időjárás-jelentés **18:35** A hegyi doktor ■ **19:30** Tövismadarak ■ **20:20** Ajándékkoncert – Szegedi Szabadtéri Játékok **21:55** Kenő ■ **22:00** Én, a séf ■ **23:25** Overnight ■ **01:05** Szesz, szex és steksz ■ **02:40** Határtalanul magyar **03:10** P'amende **03:35** Tengerek világa ■

DUNA TV

05:45 Himnusz **05:50** Hajnali gondolatok **06:05** Halálbiztos diagnózis ■ **06:55** Kenő **07:00** Híradó **07:10** Időjárás-jelentés **07:25** Rondó **07:55** Kvar-tett **08:35** Paula és a vadállatok **09:05** A hegyi doktor ■ **10:00** Balatoni Nyár ■ **12:00** Déli harangszó **12:02** Híradó **12:30** Időjárás-jelentés **12:40** Kult+ ■ **12:50** Jamie vidéki konyhája ■ **13:20** Család-barát **14:20** Halálbiztos diagnózis ■ **15:05** Erdészház Falkenauiban ■ **15:55** Charly, majom a családban ■ **16:45** Szerencse Híradó ■ **17:05** Doc Martin ■ **18:00** Híradó **18:30** Időjárás-jelentés **18:35** A hegyi doktor ■ **19:30** Tövismadarak ■ **20:20** Ajándékkoncert – Szegedi Szabadtéri Játékok **21:55** Kenő ■ **22:00** Én, a séf ■ **23:25** Overnight ■ **01:05** Szesz, szex és steksz ■ **02:40** Határtalanul magyar **03:10** P'amende **03:35** Tengerek világa ■

RTL KLUB

04:00 Fókusz ■ **04:35** Story Extra ■ **05:00** Barátok közt ■ **05:30** Top Shop **05:55** Jó reggelt, skacok! ■ **07:35** RTL Klub Híradó **08:05** Fókusz ■ **08:40** Story Extra ■ **09:20** Asztro Show **10:15** Top Shop **12:05** Mi muzikus lelkek **12:35** Agymenők ■ **13:00** Glee – Sztárok leszünk! ■ **14:00** Tűzön-vízen ■ **15:05** Éjjel-nappal Budapest ■ **16:20** Isten áldjon, Esperanza! ■ **17:25** Story Extra ■ **18:00** RTL Klub Híradó **18:55** Fókusz ■ **19:35** Éjjel-nappal Budapest ■ **20:50** Barátok közt ■ **21:30** CSI: Miami helyszínelők ■ **22:25** CSI: A helyszínelők ■ **23:30** RTL Klub Híradó **00:00** Gyilkos elmék ■ **01:05** Kommandó ■ **02:45** Kaméleon ■

RTL KLUB

04:00 Fókusz ■ **04:35** Story Extra ■ **05:00** Barátok közt ■ **05:30** Top Shop **05:55** Jó reggelt, skacok! ■ **07:35** RTL Klub Híradó **08:05** Fókusz ■ **08:40** Story Extra ■ **09:20** Asztro Show **10:15** Top Shop **12:00** EgészségKalausz ■ **12:35** Agymenők ■ **13:00** Glee – Sztárok leszünk! ■ **14:00** Tűzön-vízen ■ **15:05** Éjjel-nappal Budapest ■ **16:20** Isten áldjon, Esperanza! ■ **17:25** Story Extra ■ **18:00** RTL Klub Híradó **18:55** Fókusz ■ **19:35** Éjjel-nappal Budapest ■ **20:50** Barátok közt ■ **21:25** Csúcsformában ■ **22:20** Csúcsformában ■ **23:15** RTL Klub Híradó **23:50** Vadászat életre-halálra ■ **01:50** Street Kitchen ■

TV2

05:10 Hungeró ■ **06:05** Red Carpet – Sztárok testközelben ■ **06:15** Olimpiász – A sport mindenkié! ■ **06:20** Mokka ■ **09:20** Stahl konyhája ■ **09:30** Babapercek ■ **09:40** Teleshop **10:45** Astro-Világ **12:00** Tények Délben **12:30** Aktív ■ **13:00** Csapdába csalva ■ **13:35** Knight Rider ■ **14:40** Walker, a texasi kopó ■ **15:45** María ■ **16:50** Megtört szív-ek ■ **18:00** Tények **19:25** Édes Élet Holiday ■ **20:40** Jóban Rosszban ■ **21:25** NCIS – Tengerészeti helyszínelők ■ **22:20** NCIS – Tengerészeti helyszínelők ■ **23:30** Red Carpet – Sztárok testközelben ■ **23:40** A törvény embere ■ **00:45** Tények Este **01:30** Aktív ■ **01:55** Sportos **02:00** Ezo.TV **03:00** Államfőnök ■

TV2

05:05 Sportos **05:10** Hungeró ■ **06:05** Red Carpet – Sztárok testközelben ■ **06:15** Olimpiász – A sport mindenkié! ■ **06:20** Mokka ■ **09:20** Stahl konyhája ■ **09:30** Babapercek ■ **09:40** Teleshop **10:45** Astro-Világ **12:00** Tények Délben **12:30** Aktív ■ **13:00** Csapdába csalva ■ **13:35** Knight Rider ■ **14:40** Walker, a texasi kopó ■ **15:45** María ■ **16:50** Megtört szív-ek ■ **18:00** Tények **19:25** Édes Élet Holiday ■ **20:40** Jóban Rosszban ■ **21:25** Lara Croft: Tomb Raider 2. – Az élet bölcsője ■ **00:00** Red Carpet – Sztárok testközelben (2016) ■ **00:10** A férjem védelmében ■ **01:15** Tények Este **02:00** Aktív ■ **02:20** Sportos **02:25** Ezo.TV **03:25** Zsaruvér ■

VIASAT 3

06:05 Televíziós vásárlás **06:35** Will és Grace ■ **07:00** Will és Grace ■ **07:25** Jóbarátok ■ **07:50** Jóbarátok ■ **08:20** Kettős ügynök ■ **09:10** Downton Abbey ■ **10:20** Szívek szállodája ■ **11:20** Amerikai mesterszakács ■ **12:15** A.S.H.I.E.L.D. ügynökei ■ **13:10** A.S.H.I.E.L.D. ügynökei ■ **14:10** NCIS: Los Angeles ■ **15:10** NCIS: Los Angeles ■ **16:10** Castle ■ **17:05** Castle ■ **18:05** Amerikai mesterszakács ■ **19:05** Jim szerint a világ ■ **19:35** Jim szerint a világ ■ **20:05** Két pasi – meg egy kicsi ■ **20:35** Két pasi – meg egy kicsi ■ **21:00** Superhero ■ **22:45** Szesz telefonhívásra ■ **00:55** Két pasi – meg egy kicsi ■ **01:25** Kettős ügynök ■ **02:15** Szívek szállodája ■

VIASAT 3

05:50 Televíziós vásárlás **06:20** Will és Grace ■ **06:45** Will és Grace ■ **07:10** Jóbarátok ■ **07:35** Jóbarátok ■ **08:00** Kettős ügynök ■ **08:55** Downton Abbey ■ **10:20** Szívek szállodája ■ **11:20** Amerikai mesterszakács ■ **12:15** A.S.H.I.E.L.D. ügynökei ■ **13:10** A.S.H.I.E.L.D. ügynökei ■ **14:10** NCIS: Los Angeles ■ **15:10** NCIS: Los Angeles ■ **16:10** Castle ■ **17:05** Castle ■ **18:05** Amerikai mesterszakács ■ **19:05** Jim szerint a világ ■ **19:35** Jim szerint a világ ■ **20:05** Két pasi – meg egy kicsi ■ **20:35** Két pasi – meg egy kicsi ■ **21:00** Sztárom a párom ■ **23:40** Füstölő Ászok ■ **01:50** Két pasi – meg egy kicsi ■ **02:15** Kettős ügynök ■ **03:00** Szívek szállodája ■

GYŐR+ TV



07:00 Híradó (ism.) **07:20** Sport hírek (ism.) **07:30** Zóoo+ (ism.) **08:00** Híradó (ism.) **08:20** Sport hírek (ism.) **08:30** Épitész (ism.) **09:00** Híradó (ism.) **09:20** Sport hírek (ism.) **09:30** Képjúság (ism.) **19:00** Híradó **19:20** Sport hírek **19:30** Vény nélkül **20:00** Híradó (ism.) **20:20** Sport hírek (ism.) **20:30** Üzleti negyed (ism.) **21:00** Híradó (ism.) **21:20** Sport hírek (ism.) **21:30** Vény nélkül (ism.) **22:00** Híradó (ism.) **22:20** Sport hírek (ism.) **22:30** Credo (ism.) **23:00** Híradó (ism.) **23:20** Sport hírek (ism.) **23:30** Képjúság (ism.)

GYŐR+ TV

07:00 Híradó (ism.) **07:20** Sport hírek (ism.) **07:30** Vény nélkül (ism.) **08:00** Híradó (ism.) **08:20** Sport hírek (ism.) **08:30** Üzleti negyed (ism.) **09:00** Híradó (ism.) **09:20** Sport hírek (ism.) **09:30** Képjúság **19:00** Híradó **19:20** Sport hírek **19:30** Creative chef (ism.) **20:00** Híradó (ism.) **20:20** Sport hírek (ism.) **20:30** Gázfröccs (ism.) **21:00** Híradó (ism.) **21:20** Sport hírek (ism.) **21:30** Creative chef (ism.) **22:00** Híradó (ism.) **22:20** Sport hírek (ism.) **22:30** Zóoo+ (ism.) **23:00** Híradó (ism.) **23:20** Sport hírek (ism.) **23:30** Képjúság

RIÓBÓL JELENTKEZÜNK

Kövesd saját olimpiai tudósításainkat 2016. augusztus 14-21. között!

Munkatársaink, Nagy Roland és Marcali Gábor exkluzív riói beszámolókat szállítanak a helyszínről.

GYŐR+ HETILAP
GYŐR+ RÁDIÓ
GYŐR+ TV
GYŐR+ ONLINE

győr+ MÉDIA

Tudósításaink támogatói: **KMod** minőség az információkban **TUTTI**

Vezetékcseré a Kossuth utcán

KÉP ÉS SZÖVEG: PANNON-VÍZ

Nagyszabású víziközmű-rekonstrukció zajlik a Kossuth utcában, a Pannon-Víz Zrt. szakemberei a Jakobinus köztől a Városházáig tartó szakaszon dolgoznak.

„Az út közepén húzódó csatorna főgyűjtő rendbetételével már tavaly végeztünk. A munka túlnyomó része a föld alatt folyt: a csatornabúvárok betonacél hálójával, speciális betonozási technológiával



erősítették meg a csatornát. Útfelbontás akkor alig volt szükség, most annál inkább” – mondta Kóváry Attila, a Pannon-Víz Zrt. szennyvízágazati művezetője és hozzátette, a csatornabekötések cseréje a múlt héten kezdődött. Az átlagosnál mélyebben dolgoznak, viszont szerencsére van elég helyük, sokkal több, mint egy szűk belvárosi utcában. „A régi beton bekötővezetéseket korszerű műanyag csövekkel váltjuk ki. A szennyvíz összetétele az utóbbi évtizedekben lényegesen megváltozott, egyre tömönyebb lett, ez pedig kifejezetten rosszat tesz a régi beton anyagú csöveknek.”

„Az ivóvízvezeték-rekonstrukcióba a hét elején fogtunk bele. Az úttest páros oldalán húzódik a 150 mm átmérőjű, azbesztcement főnyomó vezeték, ezt teljes hosszban korszerű műanyag (KPE) vezetékre cseréljük” – tudtuk meg Takács Lászlótól, a Pannon-Víz Zrt. ivóvízágazati művezetőjétől. Elmondta azt is, először elkészül az új gerincevezeték, melyet nyomáspróba és fertőtlenítés után üzembe helyeznek, majd fokozatosan kötik át az ingatlanokat az új vezetékre. „Ehhez természetesen minden egyes ingatlan előtt ki kell bontanunk a vízbekötést. A szükséges vízelzárásokat előre egyeztetjük az ott lakókkal. Jellemzően, munkanapokon, a délelőtti órákban számíthatnak majd néhány órás vízelzárásokra” – tájékoztatott.

Egy ilyen építkezés mindenütt kellemetlenségekkel jár, nem közlekedhetünk és parkolhatunk a megszokott módon, időnként sár lesz, a munkagépek zajt okoznak és nehéz tőlük közlekedni. Az okozott kellemetlenségekért ezúton is kérjük a lakók és az erre közlekedők türelmét!

Forgalomkorlátozás a Belvárosban

Táv hővezeték cseréjét végzi a Győr-Szol Zrt. Táv hőszolgáltatási Igazgatósága Győr Belvárosában. A munka a Szent István úttal párhuzamos, Árpád út felé eső szervízút Teleki László és Lukács Sándor út közötti szakaszán zajlik, ahol a jelenlegi nyomvonal mentén cserélik ki a régi, közel 45 éves táv hővezetéseket új, előszigetelt csővezetésekre.

A táv hővezeték rekonstrukciója a Teleki László út forgalmát is érinti, ezért itt korlátozták a forgalmat csütörtöktől. A forgalomkorlátozás a Teleki László út Szent István útról bejövő, a Belváros irányába vezető forgalmi sávjának a lezárását, és a forgalomnak a szomszédos (szembejövő) sávba történő átertelését



jelenti. Így a korlátozás ideje alatt a Belváros irányából a Szent István útra balra kikanyarodni csak egy forgalmi sávból lesz lehetséges. A korlátozás a munka befejezéséig, várhatóan augusztus 31-ig marad érvényben.

Értékesítési hirdetmény

A GYŐR-SZOL Győri Közzolgáltató és Vagyongazdálkodó Zrt. hirdetmény útján értékesíti az alábbi kivett beépítetlen terület megnevezésű ingatlanát

Cím	Helyrajzi szám	Terület
Győr, Bükkfa utca	5386/3	1.1417 ha

A hirdetmény a www.gyorszol.hu internetes oldalon tekinthető meg.

További információ a GYŐR-SZOL ZRT. Ingatlan gazdálkodási Igazgatóságán (9024 Győr, Orgona u. 10., tel: 06-96/505-008, e-mail: vagyonkezeles@gyorszol.hu) szerezhető be munkaidőben 8 és 16 óra között.

PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

A Győr Nagytérsegi Hulladékgazdálkodási Önkormányzati Társulás pályázatot hirdet a Társulás teljes körű

PÉNZÜGYI-SZÁMVITELI

feladatainak ellátására.

Pályázati feltételek, elvárt kompetenciák:

- legalább középfokú szakmai végzettség
- államháztartási mérlegképes könyvelői végzettség és regisztráció
- 3 év tapasztalat a szakterületen önállóan végzett munkában
- hatósági erkölcsi bizonyítvány

A pályázat benyújtásának tartalmi, formai követelményei:

- Önéletrajz, mely a személyes adatokon túl tartalmazza a képzettséget (iskolák, tanfolyamok), a szakmai tapasztalatot (eddiggi munkahelyek, tevékenység és ellátott feladatkör) valamint az egyéb készségeket (pl. idegen nyelv ismerete stb.)

A pályázatot levélben, postai úton a Győr Nagytérsegi Hulladékgazdálkodási Önkormányzati Társulás **9024 Győr, Kálvária u. 4-10.** címre kérjük megküldeni, vagy elektronikusan a tarsulas@hulladek.gyor.hu címre 2016. augusztus 22. 12.00 óráig beérkezőleg.

Bérezés vagy díjazás megegyezés szerint.



Príma

Akcio: 2016. augusztus 12-18.

Csirkemellfilé

1 kg

1299 Ft/kg

Csirkemáj

1 kg

639 Ft/kg

Csirkeszárny

1 kg

499 Ft/kg

Pecsenyekacsa

"A" minőségű, 1 kg

899 Ft/kg

Marhalábszár

1 kg

1599 Ft/kg

Helyben készített grill- és sütni való kolbász

1 kg

1099 Ft/kg

Maggi vargányás gombakrémléves, rökagomba krémléves, medvehagyma krémléves. **Kiemelt ajánlat!**

119 Ft/db

Happy Frucht paradicsompüré

500 ml

159 Ft/db

Silver Bay aprított tonhal konzerv 130 g, 653,26 Ft/kg

199 Ft/db

CBA citromízű üdítőital

1,5 l

56,67 Ft/l

89 Ft/db

Steffl dobozos sör

0,5 l, 298 Ft/l, 169 Ft/db

149 kartonos ár Ft/db

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

Üzleteink:

CBA Kismegyer Győr, Mohi u. 9.

Príma Győr, Ifjúság körút. 36.

Príma Győr, Új-Élet u. 19.

Príma Győrzámoly, Ancsali u.

Príma 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

AUDI-gyárba keresünk hétvégi munkavégzésre, változó munkarendben takarítókat! Érdeklődni: 06-70/621-6133.

Szobafestőt azonnali kezdéssel felvesszük. Kiemelt heti fizetéssel. Tel.: +36-30/277-5738.

Győri kommunikációs iroda munkatársat keres szakmai és dokumentációs feladatokra. Önéletrajzot nettó bér megjelöléssel az iras-bar@gmail.com címre kérjük megküldeni.

Bármilyen **bedolgozói** munkát és **takarítást** vállalom! +36-70/521-8282

A Richter Terem portási feladatainak ellátására vállalkozót keresünk. Jelentkezni fényképes önéletrajzzal postai úton (9021 Győr, Aradi vértanúk útja 16.) vagy e-mailben (office@gyfz.hu) lehet. Feltételek: megbízhatóság, pontosság, számlaképesség. Jelentkezési határidő: 2016. augusztus 19. További információ az office@gyfz.hu e-mail címen kérhető.

SZOLGÁLTATÁS

Tetők javítása, szigetelése, bádgos-, ács-, kőművesmunkák végzése kedvezménytel, garanciával. Telefon: 06-30/355-6991.

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

Lomtalanítást vállalom padlás-tól a pincéig, ingyenes elszállítással. Hívjon bizalommal! 06-70/707-5812

Fűkaszalást, elhagyott kertek, telkek gondozását, fakivágást, tuják nyírását vállalom. 06-20/517-2701

Villanszerelést vállalom Győrben és környékén. Tel.: 06-70/384-6557.

Teljes körű kőművesmunkát, burkolást vállalom. Ár megegyezés szerint. 06-20/546-1450

Tetőfedést, tetőjavítást, bádgozást, lapostető-szigetelést, falak javítását, festését, garanciával, engedménnyel vállalom. Tel.: 06-30/376-2712.

Fűnyírás, fűkaszalás, sövényvágás, fakivágás, bozótirtás. Győr és környéke! 96/826-322, 06-30/403-6810.



Mindenemű lakatosmunka. Egyedi fémszerkezetek, kerítések, korlátok készítése, felújítása. Telefon: 06-30/313-2351. www.ironart.hu e-mail: ironart@ironart.hu

Hagyatékvédel, szállítás, lomtalanítás! Lakások, családi házak, garázsok hagyatékának megvásárlása, lomtalanítása, igény szerint rakodókkal. Hétvégén is! 06-20/944-6667

Betonfal fűrása, villanszerelés, villanybojlerjavítás, -tisztítás. **06-30/375-1172**

Szobafestés, mázolás, tapétázás, laminált padló lerakása, tisztasági festések, homlokzatfestés és gipszkarton rendszerek kivitelezése. Tel.: 06-70/245-8931.

Mindenemű kárptozást vállalom ingyenes felméréssel, vidéken is. Telefon: 06-20/239-9198.

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

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

Hívjon bizalommal! Teljes körű lomtalanítást vállalom. Tárolóját, garázsát kitakarított. Feleslegessé vált holmiját ingyen elszállítom. **Stuka Tibor: 06-30/217-0848.**

EGYÉB

KÉSZPÉNZÉRT magas áron antik bútor, festményt, herendi porcelánt, ezinos Zsolnayt, kristályokat, ezüst tárgyakat, ékszert, régi órákat, könyveket, disztárgyakat, hagyatékot vásárolunk. **Hívjon bizalommal! 06-70/640-5101** Kérésre díjtalanul házhöz megyünk!

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

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

INGATLAN

Adyvárosi, 2 szobás, 53 nm-es, műanyag ablakos, tóra néző lakás akár bútorozottan, háztartási gépekkel eladó. Ár: 13,5 M Ft. +36-20/515-9470

ingatlan.com
A legtöbb ingatlant egy helyen.

Budapestben, a XVIII. kerületben, 49 nm-es, otthonos, 8. emeleti panellakás eladó. Jó környék, jó közlekedés, sok zöldövezet. Ár: 14,3 M Ft. +36-30/503-5512 www.ingatlan.com/22501967

LAKÁSCSERE

GYÖRSZOL

Érd.: 96/511-420.

Nádorvárosi, 1 szobás, 32 nm-es, összkomfortos, határozott bérleti szerződéses lakást cserélne 1 + fél szobás, 40-50 nm-es, határozatlan-határozott idejű erkélyes bérleményre. Sziget, Bán Aladár út kizárva. (Hirdetésszám: 558.)

Belvárosi, 1 szobás, 33 nm-es, összkomfortos, határozott bérleti szerződéses lakást cserélne 1 szobás, 33-40 nm-es, csak belvárosi, határozatlan-határozott idejű bérleményre. Elsősorban az 1. emelet vagy magaspöldszint lehet. (Hirdetésszám: 559.)

Gyárvárosi, 1 szobás, 40 nm-es, komfortos, határozott bérleti szerződéses lakást cserélne 2 vagy több szobás, határozatlan-határozott idejű bérleményre. Újváros, Sziget, Gyárváros és a Bán Aladár út kizárva. (Hirdetésszám: 560.)

Gyárvárosi, 2 szobás, 49 nm-es, komfortos, gázkonvektoros, határozott bérleti szerződéses lakást cserélne 39-42 nm-es, 2 szobás, határozatlan-határozott, összkomfortos, nádorvárosi, adyvárosi bérleményre. Bán Aladár út kizárva. (Hirdetésszám: 561.)

Szabadhegyi, 2 szobás, 49 nm-es, összkomfortos lakást nagyobbra cserélne

Bán Aladár és Stadion út kivételével. Udvari lakás előnyben. (Hirdetésszám: 184.)

Szigeti, 2 szobás, 55 nm-es, távfűtéses, határozott bérleti jogviszonyú erkélyes lakást cserélne 2 szobás, 50-55 nm-es, fszt-i, vagy 1. emeleti lakásra. (Hirdetésszám: 186.)

Szigeti, 1 szobás, 34 nm-es, gázfűtéses, határozatlan bérleti szerződéses lakást cserélne 2-3 szobás, 36-60 nm-es, belvárosi, nádorvárosi, gyárvárosi vagy szabadhegyi lakásra. (Hirdetésszám: 187.)

Belvárosi, 2 + fél szobás, távfűtéses, határozatlan bérleti szerződéses, igényesen felújított lakást cserélne belvárosi 1. emeleti, 3 vagy 4 szobás, táv- vagy gázfűtéses, határozatlan bérleti szerződéses lakásra. (Hirdetésszám: 189.)

Szigeti, 2 szobás, 53 nm-es, egyedi fűtéses lakást cserélne ráfűtéssel 2 vagy 1 + 2 fél szobás lakásra. (Hirdetésszám: 190.)

ÉPÍTŐANYAG

NÁLUNK OLCSÓBB!

YTONG falazóelemek;

SILKA hanggátló téglák;

MULTIPOR

belső oldali hőszigetelő lapok.

YTONG-iroda:

Győr, Bácsai út 148/E.

Telefon: 96/331-395

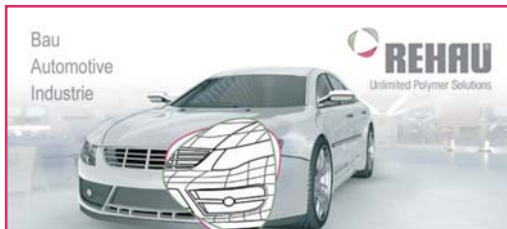
YTONG-raktár:

Győr, Fehérvári út 75.

Tel.: 96/417-957;

Mobil: 30/9588-852

www.y-tong.hu



A polimer alapú megoldások prémium-márkájaként a REHAU nemzetközi piacvezető szerepet tölt be az építőipar, az autóipar és az ipar területén. Világszerte **180** telephelyen több mint **18.000** munkatárs innovációs ereje és kompetenciája gondoskodik független családi vállalkozásunk folyamatos növekedéséről.

ÖSSZESZERELŐ GYŐRI AUTÓIPARI GYÁRUNKBA

FELADATOK:

- Autóalkatrészek összeszerelése
- Műanyagtanácsoló állomás kezelése
- Műanyaghegesztő állomás kezelése
- Legyártott termékek vizuális ellenőrzése
- A gépek mellett felállított számítástechnikai eszközök kezelése

ELVÁRÁSOK:

- Terhelhetőség
- Önállóság
- Kéz ügyesség
- Precíz munkavégzés
- Autóipari gyártási tapasztalat
- Több műszakos munkarend vállalása

FELKELTETTÜK AZ ÉRDEKLŐDÉSÉT? ÖRÖMMEL VÁRJUK FÉNYKÉPES MAGYAR NYELVŰ PÁLYÁZATI ANYAGÁT!

REHAU Automotive Kft. – Human Resources
Csendes Kitti – kitti.csendes@rehau.com – www.rehau.com

Multifokális lencse AKCIÓ!

akár **-50%**

1 pár multifokális lencse már 34.980 Ft-tól!

Gold Optika

Győr, Arany J. u. 32-34. (Raiffeisenbank mellett)
Telefon: 96/519-868, 30/846-26-71
Az akció 2016. augusztus 1-31-ig, vagy a készlet erejéig érvényes. További részletek az üzletben.



A polimer alapú megoldások prémium-márkájaként a REHAU nemzetközi piacvezető szerepet tölt be az építőipar, az autóipar és az ipar területén. Világszerte **180** telephelyen több mint **18.000** munkatárs innovációs ereje és kompetenciája gondoskodik független családi vállalkozásunk folyamatos növekedéséről.

ROBOTÜZEMELTETŐ GYŐRI AUTÓIPARI GYÁRUNKBA

FELADATOK:

- A lakkozókabinban a minőségi követelményeknek megfelelő gyártás ellenőrzése
- Minimális szerelési idővel járó optimális felszerelési és beállítási folyamatok szervezése és kivitelezése
- A technika alapuló (különösen a szerszám- és gépjármű zavarok és kiesési idők megelőző intézkedései, karbantartások)

ELVÁRÁSOK:

- Mechanikai / elektrotechnikai végzettség
- Néhány éves szakmai tapasztalat
- Lakkozó berendezések/robotok ismerete előny
- Lakkozó területen szerzett alapismeretek, tapasztalat
- PLC alapok előny
- Független, önálló munkavégzés, magabiztosság
- Csapatmunkára való készség
- Német nyelv ismerete előny

FELKELTETTÜK AZ ÉRDEKLŐDÉSÉT? ÖRÖMMEL VÁRJUK FÉNYKÉPES MAGYAR NYELVŰ PÁLYÁZATI ANYAGÁT!

REHAU Automotive Kft. – Human Resources
Kovács Anita – anita.kovacs@rehau.com – www.rehau.com

Hosszú Katinka kiemelkedik a mezőnyből

Hargitay András, az úszók szövetségi kapitánya szerint kizárólag szuperlatívuszokban lehet beszélni az eddig három aranyérmet begyűjtő Hosszú Katinkáról, aki véleménye szerint abszolút kiemelkedik a teljes női mezőnyből a riói olimpián.

„A játékokon a világ legjobbjai úsznak, de ahhoz, hogy ott valaki aranyérmes legyen, fejben és fizikailag is ott kell lennie, nem véletlen, hogy ennyire felnéznek az olimpiai bajnokokra. Katinka ebben a kategóriában is messze kimagaslik a mezőnyből” – mondta az Olimpiai Úszodában tartott szerdai sajtóbeszélgetésen a szakember, aki elmondta, véleménye szerint még az amerikaiak csodaúszója, Katie Ledecky sem ez a kategória. „Mint ahogy Ledecky is, vannak nagy klasszisek, de Katinkának a felkészültsége, a tudatossága, a jelenléte, ahogy ezt a feladatot megoldja, messze kimagaslik” – közölte a szövetségi kapitány, aki kijelentette, biztos benne, hogy 200 méter háton a 27 éves klasszis a negyedik aranyát is begyűjti majd Brazíliában.



Fotó: mob.hu

Hosszú Katinka a nyitónapon óriási világcsúccsal győzött 400 méter vegyesen, majd 100 méter háton minden idők második legjobb eredményével csapott célba, aztán 200 méter vegyesen olimpiai rekorddal végzett az élen. Hargitay András megjegyezte, a sikerekben természetesen nagy szerepe van a speciális felkészülésnek, és az úszó edző férjének, Shane Tusupnak. „A mesternek és tanítványának egymásra kell találnia, annál szebb egymásra találást, mint férj és feleség pedig nem is nagyon tudok elképzelni, bár ez sok problémát rejt magában, de úgy tűnik, ők megoldják.”

Az amerikai sajtóban Hosszú Katinkával kapcsolatban megjelent doppingvádakra reagálva a szakember hangsúlyozta, méltánytalan, igazi mélyütés volt a sportszakmai lapban megjelent cikk. Hargitay András az úszóversenyek „főtávjánál” elmondta, az egyik szeme sír, a másik pedig nevet, hiszen abból a négy „nagygyűből”, akikre előzetesen alapozták az olimpiai szereplést, háromnak, Verrasztó Dávidnak 400 vegyesen, Cseh Lászlónak 200 pil-

langón, Gyurta Dánielnek pedig címvédőként 200 mellen nem sikerült jól teljesítenie. Ugyanakkor hoztette, születtek kellemes meglepetések is, mint például Kenderesi Tamás 200 pillangón szerzett bronzérme, illetve Kapás Boglárka 400 gyorson elért negyedik helye. Csehvel kapcsolatban megjegyezte, a 30 éves klasszis még rajthoz áll 100 méter pillangón – ahol a 200-hoz hasonlóan, ranglistavezető –, de látva, ami történt vele a hosszabbik távon, véleménye szerint nagyon nehéz dolga lesz.

„Ilyen az olimpia, megvan az a varázsa, hogy néha a legnagyobb versenyzők nem tudnak úgy szerezni, ahogyan azt a legszebb álmukban gondolták” – tette hozzá Hargitay, aki szerint az, hogy Cseh csak hetedik lett abban a számban, amelyikben aranyesélyes volt, nem fizikai problémának tudható be. „Londonban, amikor ennél sokkal jobb időket úszott az Európa-bajnokságon, felkészülés közben versenyzett. Biztos vagyok benne, hogy ennek lelki és pszichikai okai vannak.”

A kapitány egyfajta olimpiai görcsösségről is beszélt, véleménye szerint valami ilyesmi jöhetett elő Verrasztó Dávidnál is: „Ismerős érzés, éppen ezért mondtam is a gyerekeknek a csapatértekezleten, hogy legyen jelen fejben, ne csodálkozzanak rá. Pont ezért nehéz talán az olimpia, mert csak négyévente van, itt nincs az, mint a világ- és Európa-bajnokságokkal, melyek egymást követik. Picit olyan ez, mint egy ügyességi gyakorlat, amit valaki tökéletesen tud, de ha megemelik a tétet, akkor már megremeg a kéz.”

Pontszerzők lehetnek

Petráhn Barbara két olimpián szerepelt. Először a Győri Dózsa atlétájaként huszonegy évesen Sydneyben állt rajthoz a 400 méteres síkfutás mezőnyében, majd 2008-ban már szolnoki színekben a pekingi ötkarikás játékokon is ott volt.

„Az olimpia teljesen más, mint a többi világverseny. Ha mindenre rácsodálkozol, elvisz a lendület, és azt se tudod, hol vagy, az egyenes út a kudarchoz” – mondta a játékok hangulatáról az olimpiakon, majd arról is beszélt, hogy nem mindig az adott futam néhány perce marad meg lelegelevenebb emlékként a sportoló fejében. „Számomra felejthetetlen az a hangulat, ami Cathy Freemant vette körül hazai pályán Ausztráliában, 2000-ben. Mindenki aranyérmet várt tőle 400 méteren, és ő bírta a hatalmas nyomást, óriási ünnepelés fogadta a győzelmét. Sydneyben történt az is, amikor a rajthoz készültem az első futamon és az járt a fejemben, hogy ha az arénában lévő százezer emberből csak egy is van, aki nekem szurkol, már az óriási öröm számomra, miatta is a legjobbat kell nyújtanom. Aztán jóval az olimpia után kaptam egy levelet egy rólam készült fotóval, ami azon a bizonyos versenyen készült. A kedves ismeretlen azt írta, hogy ott voltak a stadionban és nekem drukoltak.” A győri olimpiakon ter-

mészetesen figyelemmel kíséri a riói eseményeket is, leginkább az atlétikára koncentrálni, de minden magyar sikernek örül. „Az első aranyérem volt az eddigi legszebb élmény. Szász Emese nehéz időszakból jött fel, és nyert aranyérmet úgy, hogy a döntőben veszített helyzetből fordított. Ez az egyik olyan dolog, aminek szívesen a részese lettem volna a helyszínen szurkolóként, az érzelmek miatt.” Petráhn Barbara nem távolodott el sportágától, jelenleg a Győri Atlétikai Club klubmenedzsere, és edzője. A magyar atlétáktól pontszerzésre számít Brazíliában. „A dobó atlétáink, valamint a pályaversenyeken indulók között is vannak olyanok, akik esélyesek az első hatba vagy nyolcra kerülésre. A maratonistáknál és a gyaloglóknál nehezebb ezt teljesíteni.”



Pénteken rajt atlétikában

Péntektől tíz napon át az Olimpiai Stadion ad otthont a riói ötkarikás játékok egyik kiemelkedő programjának, az atlétikai versenyeknek. A 19 fős magyar csapatból a címvédő Pars Krisztián mellett többen is pontszerzők lehetnek.

A szombathelyi kalapácsvető négy évvel ezelőtt esélyeshez méltóan diadalmaskodott, s ezúttal is dobogóra állhat, bár tavaszi műtétje után nagyon messze van legjobb formájától. Júliusban a Gyulai Memorialon mindössze 70,74 métert ért el – mint mondta, gyerekkorában dobott utoljára ekkorát –, majd az országos bajnokságon is csak 73,38 méterig jutott. Amennyiben sikerülne 77-78 méteres eredményt összehoznia, amire még mostani állapotában is van esély, újra érmet nyerhetne. Az aranyat ugyanakkor előre oda lehet adni Pawel Fajdeknek, a kétszeres világ bajnok lengyel kalapácsvetőn kívül idén senki nem került 81 méter fölé, a tíz legnagyobb dobás az övé.

Pars gyengébb formája miatt ezúttal Márton Anita a magyar csapat legnagyobb reménysége. A békéscsabai súlylökő az elmúlt két évben fantasztikus sorozatot produkált: 2014-ben bronzérmet szerzett a zürichi



Európa-bajnokságon, ta-

valy első lett a prágai fedett pályás Európa-bajnokságon, s negyedik a pekingi vb-n, idén ezüstöt nyert a fedett pályás világ bajnokságon és a szabadtéri Eb-n is. Az olimpián újra az országos csúcs megdöntését tűzte ki célul, amennyiben ez sikerül, s túldobja a 20 métert, az dobogót érhet.

Döntőbe, illetve az első nyolc közé kerülhet az Athénban olimpiai ezüstérmes diszkoszvető, Kóvágo Zoltán, két hétpróbázó, az Eb-4. Krizsán Xénia és az Eb-5. Zsivoczky-Farkas Györgyi, valamint az Eb-ezüstérmes gátas Baji Balázs.

Érmeseink mondták

Szász Emese nyerte Magyarország első aranyérmét Rióban, párbajtőrben. A Vasas sportolója a döntőben világ-bajnok Rossella Fiamingóval vívott és nyert. „A sírás kerülget, mert végre sikerült, amiért évek óta dolgoztam. Ez az olasz lány nem tartozik a kedvenc ellenfeleim közé, a mérlegem nem túl pozitív ellene, de bíztam benne, hogy most meg lehet csípni” – mondta az újdonsült olimpiai bajnok az éremátadás után. „Az én példából láthatják, hogy mindenhol van visszaút, kemény munkával és akarattal meg lehet csinálni, még ha az ember sokat is csalódott. Nagy motivációt adott, hogy igenis meg fogom mutatni a világnak, hogy van bennem aranyérem, és ma tényleg úgy éreztem, minden összeállt arra, hogy én nyerjek” – tette hozzá. A jövőjéről elárulta, nem hagyja abba a versenyszerű vívást, de a sport most egy kicsit háttérbe szorul. „Magánéleti projektbe kezdünk, mert ugye, már a korom is megvan hozzá, hogy utánpótlást kezdjünk gyártani. Remélem, hogy utána vissza tudok térni” – mondta, majd később hozzátette, az ősszel megy férjhez.

Hosszú Katinka 4:26.36 perces világcuccsal nyert aranyérmet 400 méter vegyesen a riói olimpia úszóversenyeinek szombati nyitónapján, majd ehhez még két aranyat hozzátett, 100 méter hátont, illetve 200 vegyesen.

„Szerintem még nem fogtam fel, hihetetlen. Tényleg azt tudtam csinálni,

amit edzésen. Olyan érzésem volt, mintha edzésen lennék, hiszen mióta kijöttünk Rióba, minden nap a négyes pályán úsztam. Kiráz a hideg, még nem hi-



s z e m el. Ennél tökéletesebb nem is lehetne, ez életem egyik legszebb napja” – mondta első győzelme után a 27 éves úszó, aki a 100 méteres hátúszás aranyérmét is átvehette. „Tegnap azt mondtam, hogy ebben a számban az elsőtől a nyolcadik helyig bármi lehet. Úgy gondolom, ma délután megmutatkoztam, hányszor versenyeztem az elmúlt években, mert nagyon magabiztosan álltam oda. Álmodtam róla, beszélünk róla, mekkora szenzáció lenne, ha összejönne, de nehéz felfogni.”

Hosszú Katinka 200 vegyesen is győzött, bár saját bevallása szerint, amit lehetett, mindent elrontott, pél-

daként említette a fordulókat és a rajtot. „Nagy szerencse és a sok munkának köszönhető, hogy így is nyertem.”

Az ezüstérmes az első vesztes – mondta csalódottan az eredményhirdetése után Imre Géza, miután 14–10-es vezetésről 15–14-re kikapott a dél-koreai Park Szang Jungtól a riói olimpia férfi párbajtőr döntőjében, és ezüstérmes lett. „Ilyenkor nem jó százjézzel hagyja abba az ember a versenyt. El kell tennie még egy pár évnek, hogy tényleg értékelni tudjam, úgy harminc-negyven, ötvennek... Ezüstérmem már van. Nem azt mondom, hogy nem vagyok büszke rá, mert ha valaki másfél éve ezt mondja, nem hittem volna el neki, hogy világbajnokságon arany-, olimpián pedig ezüstérmes leszek egyéniben. Úgy, hogy addig nem nagyon termett babér nekem. Nyolc és fél percig én voltam az olimpiai bajnok, de nem ott ért véget, sajnos.”

Kenderesi Tamás bronzérmet nyert 200 méter pillangón úgy, hogy a 19 éves úszó legjobb idővel került a fináléba: a 19 éves magyar versenyző először az előfutamban, majd az elődöntőben is egyéni csúcsot úszott, emellett mindkét alkalommal legyőzte példaképét, az amerikai Michael Phelpst. Kenderesi nem csak a medencében mutatott teljesítményével lett közönségkedvenc, hanem nyilatkozataival is. „Az utolsó öt méter elégé csipett, ott már gondolkodtam, hogy mit kellene csinálni. Azt hiszem,

a szívem vitt be. Elfáradtam, rám férne egy-két sajtobüsz.

Nem egyszerű időszakon vagyok túl, nagyon köszönöm mindenkinnek, aki segített nekem és hozzájárult ehhez a sikerhez” – mondta a bronzérmes úszó, aki Phelpst is megemléltette. „Megléptem saját magam már a középdöntőben, hogy megint sikerült elkapnom az 'öreget', és egy egész jó időt úsztam. Fantasztikus pillanat volt ez nekem, hogy ott úszhattam mellette, majd a dobogóra is együtt állhattunk fel. Az eredményhirdetésnél, úgy gondolom, volt jogom hozzá, hogy átöllehessem! Jó volt azt is látni, hogy imádja őt az egész közönség. Ünnepezték, mint egy hőst, de ő az is! Szeretném majd megköszönni neki, hogy eljutottam idáig, mert tényleg így van.”

Simán nyert a döntőben, ezzel megvédte londoni címét Szilágyi Áron, a riói olimpia férfi kardversenyében. A Vasas 26 éves vívója a döntőben 15–8-ra verte az amerikai Daryl Homert.

„Úgy érzem, hogy egy nagyon áldott ember vagyok, hogy ezt másodszor is átélhetem, elsőre is fantasztikus volt” – nyilatkozta Szilágyi Áron. Hozzátette, addig nem is hiszi el, amíg másodszor a nyakába nem akasztják az aranymedált. – „Ez nem csak az én munkám, hanem a környezetemé is. Mindannyian nagyon küzdöttünk azért, hogy ez meglegyen, iszonyatosan boldog vagyok. Egyelőre az öröme a főszerep, az a dolog, hogy ünnepelek, és ezt meg is teszem.”

Élvezik az olimpiát a győri úszók

Egyelőre az edzésekre, a versenyekre koncentrálnak a győri úszók, de a medencék világán kívüli élményekből is kijut nekik bőven a riói olimpián. Jakabos Zsuzsanna, Balog Gábor, Takács Krisztián és Gyárfás Bence sem panaszkodik a körülményekre, mindennel elégedettek. Ezt Petrov Iván is megerősíti. A Győri Úszó SE vezetőedzőjét szerda délután hívtuk telefonon, ez riói idő szerint reggelt jelent. „Éppen kint állok a teraszon, és az olimpiai faluból látom az uszodát, tehát nekünk gyakorlatilag minden helyben van, utazgatnunk sem kell. Nem értettem azokat, akik állították, hogy sok dolog nem működik gördülékenyen, és vannak hiányosságok, mi ilyesmit nem tapasztaltunk. A szálláshelyünk is rendben van, persze nem luxusra kell itt gondolni, hanem arra, hogy a célnak megfeleljen.” Saját tanítványairól jó véleményrel van az edző, hozzáteszi, a teljes mezőny nagyjából tizenöt százaléka úszik jobb

időt annál, mint amivel nevezték a játékokra. A győriek ebbe a csoportba tartoznak. „Azt tudni kell, hogy egy olimpia teljesen más, mint egy vb, vagy egy Európa-bajnokság. Létezik ugyan papírforma, de ezzel élni is kell, és az nem egyszerű. A magyar klasszisok között is vannak, akik nem hozták azt, amit önmaguktól vártak előzetesen. Hosszú Katinka riói sikerei úgy gondolom, nem értek véget ezzel a három aranyérmével, biztos vagyok benne, hogy 200 méter hátton is ő lesz az első, és begyűjti negyedik aranyát is” – mondta Petrov Iván, majd az uszodán kívüli olimpiai élményekről beszélt. „A faluban nem ritkaság, hogy példaképekkel fut össze az ember. Én örültem, amikor Talant Dusebajevvel találkoztam. Az egykori világklasszis kézilabdázóra, a magyar válogatott volt szövetségi kapitányára mindig is felnéztem, jó volt vele találkozni, de



készült közös fotó Novak Djokoviccsal is. Itt nem ritkaság, hogy összefutsz Rafael Nadallal vagy más világsztárral” – tette hozzá Petrov Iván.

Földszinti, 36,75 nm-es, kertkapcsolatos lakás eladó a Pacsirta lakóparkban, új építésű, 6 lakásos társasházban! A lakás elosztása:

amerikai konyha, nappali, hálófülke és fürdőszoba. A lakáshoz tartozik egy

10 nm-es terasz és saját zöldterület is! Gépkocsibeállót 500 E Ft-ért vásárolhat. A házban vannak még további eladó lakások is (32 nm, 45 nm, 49 nm, 60 nm)!



Ár: 11,5 M Ft.
+36-70/587-4020

Győr-Ménfőcsanak kedvelt részén kínálok eladásra ezt az igényesen kialakított és berendezett társasházi lakást. A 64 nm-es lakás egy 2008-ban épült, 6 lakásos társasház első emeletén található. Elosztása: amerikai konyha nappali + 2 hálószoba. Fűtése egyedi gázkazánnal történik. A műanyag ablakok redőnnel felszereltek. A klíma is beépítésre került. A lakás egyediségét a hálószobából és a nappaliból is megközelíthető két nagy méretű erkély adja. A lakáshoz közös tároló, és 2 utcai gépkocsibeálló is tartozik.



Ár: 20,5 M Ft.
+36-30/640-8794

Győr-Nádorváros új építésű utcájában eladó ez az erkélyes, 1,5 szobás lakás! A 36 nm-es lakás egy 2015-ben épült liftes társasház második emeletén található. Elosztása kisebb mérete ellenére rendkívül praktikus, az amerikai konyha nappali mellett kialakításra került egy hálószoba, valamint fürdőszoba. A nappaliból közelíthető meg a tágas 5 nm-es erkély. Fűtését távhő biztosítja, lakásként egyedi mérőórákkal ellátva.

Ár: 15,99 M Ft.
+36-30/640-8794

Győr-Szításdombon, családias környezetben új építésű társasházi lakások eladók. A lakóparkban 3 egymást követő telken 3 tömb kerül kialakításra, mely egy kerítéssel lezárásra kerül. A kerítésen belül játszótér kerül kialakításra. Ez a 72 nm-es lakás az első emeleten található. Elosztása: amerikai konyha nappali + 3 hálószoba. A lakás különlegessége a nappaliból és a hálószobából is megközelíthető erkély. A lakás nyugati tájolásának köszönhetően rendkívül világos! A 15 lakásos társasházban 34 és 97 nm-es la-



kások közül választhat. Az ár emelt szintű fűtéskész ár, de van lehetőség kulcsra kész befizetésre is.

Ár: 20,99 M Ft.
+36-30/376-3718

Győr-Nádorváros kedvelt, Belvároshoz közeli részén épül ez a 4 lakásos társasház. Ez a 75 nm-es lakás az első emeleten található. Az amerikai konyha nappali mellett kialakításra kerül 3 hálószoba, valamint kamra. A nappaliból léphetünk a 3,55 nm-es erkélyre.



Ár: 34,9 M Ft.
+36-30/640-8794

A Pacsirta lakóparkban új építésű társasházban lakások eladók. 40, 60 és 82 nm-es lakások közül választhat, a földszinten kertkapcsolattal. A társasház magas műszaki tartalommal kerül megépítésre 30-as



kerámia falazóelemekből és 12 cm-es szigeteléssel, 3 rétegű Veka típusú műanyag ablakok kerülnek beépítésre. Ez a 61 nm-es lakás az első emeleten található. Elosztása: amerikai konyha nappali, 2 hálószoba. A nappaliból közelíthető meg az 7,29 nm-es erkély.

Ár: 17,9 M Ft.
+36-30/640-8794

Éljen Révfülön kedvelt, családi házas utcájában, 526 nm-es saroktelekre épülő ikerházban! A tervek még igény szerint módosíthatók, lehet két vagy egy szintes ház, modern lapos tetős vagy mediterrán magas tetős változat is. A jelenleg kétszintesre tervezett, 1. számú ház földszinti alapterülete 62,65 nm. Itt található a nappali, az étkező, a konyha, egy szoba és a fürdőszoba és a 10 nm-es terasz. Az emelet 40,16 nm. 2 hálószoba gardróbbal, fürdő és WC található itt. A lakáshoz tartozó privát kertkapcsolat kb. 200 nm lesz.



Ár: 33,8 M Ft.
+36-30/376-3718

IKERHÁZ GARÁZZSAL BOMBÁ ÁRON!

Győrújbaráton, a Száz-



szorszép lakóparkban kínálok eladásra ezt a 80 nm + 18 nm garázs alapterületű ikerházat. Az ingatlanak közös fala nincs! Elosztása: 3 szoba mellett még egy tágas nappali is helyet kapott. ERRE AZ INGATLANRA 10+10 CSOK IS IGÉNYELHETŐ! A telekhányad árából MÉG AZ ÁFA IS VISSZAJÖN!

Ár: 22,9 M Ft.
+36-70/425-5590

Családias környezetben szeretne élni? Akkor megtalálta, amit keresett! BOMBA ÁR!! Győr-Ménfőcsanak nyugodt utcájában eladásra kínálok ezt a 3 lakásos társasházban található 62 nm-es, 2 szoba + nappali elosztású, 1. emeleti lakást! Óriási, zárt, zöld udvari rész tartozik hozzá.



Ár: 17,9 M Ft-tól.
+36-20/669-3903

Győr-Szigetben új építésű lakások még lekötethetők. 38-85 nm-es lakások közül választhat. Ez az 54 nm-es erkélyes lakás a második emeleten található. Elosztása: amerikai konyha nappali + 2 hálószoba. A nappaliból léphetünk a tágas 12 nm-es erkélyre. A redőny- és klíma-előkészítés is megtörténik, az épületben térfüggetlen kamerarendszer kerül kiépítésre. Az ár emelt szintű fűtéskész kerület meghatározásra, de van lehetőség kulcsra kész befizetésre is. Az ár tartalmazza az ügyvédi díjat és a közműfejlesztési hozzájárulások díját is.



Ár: 19,9 M Ft.
+36-70/587-4020

Győr-Szabadhegy új építésű részén épül ez a 13 házból álló sorházi ingatlan. 73 nm, 76 nm és 92 nm-es lakások közül választhat. A 73 nm-es ingatlan elosztása rendkívül praktikus. A földszinten 34 nm-en került kialakításra az előtér, az amerikai konyha nappali, valamint a mellékhelyiség, a 41 nm-es emeleten pedig 12 és 13 nm-es hálószoba, és fürdőszoba kapott helyet. A nappaliból léphetünk a 12,5 nm-es teraszra.



Ár: 29,9 M Ft.
+36-30/640-8794

A Duna és a Rábca ölelésében, néhány percre a Belváros nyüzsgésétől, Győr-Pinnyéd legszebb részén, csendes utcában épül ez a családias méretű, 6 lakásos, környezetbarát

társasház, melyben eladó egy földszinti, kertkapcsolatos, 79 nm-es, nappali + 3 szobás lakás. Az amerikai konyha nappaliból léphetünk a hatalmas teraszra. Korszerű, műanyag nyílászárók kerülnek beépítésre, a fűtést lakásonként külön levegő-víz hőszivattyús rendszer biztosítja.



Ár: 21,8 M Ft.
+36-70/587-4020

MOST Bevezető áron juthat hozzá ingatlanához, és még az ügyvédet is mi fizetjük! Győr-Szabadhegy egyedi panorámával rendelkező, új építésű részén társasházi lakások eladók. A 3 szintes, 28 lakásos társasházban 46 nm és



103 nm közötti lakások közül választhat. Ez a 76 nm-es lakás a második emeleten található. A lakás különlegessége a nappaliból megközelíthető 18,02 nm-es terasz.

Ár: 29,1 M Ft.
+36-30/640-8794

Tágas lakást keres nagy szobákkal, kiszolgáló helyiségekkel, elérhető áron? Megtalálta! Győr-Szabadhegy frekvenciált részén, kis lakóközösségű, 4 lakásos, új építésű társasházban nappali + 3 szobás lakások 2017. májusi átadással le-



köthetők. Az földszinti, 86,4 nm-es lakáshoz 11,31 nm-es terasz és 70 nm-es privát kertkapcsolat tartozik. A lakásokhoz privát tároló (100 E Ft/nm), a mélygarázsban gépkocsibeálló (2,4 M Ft) és udvari beálló (750 E Ft) is vásárolható.

Ár: 29,9 M Ft.
+36-30/376-3718

Győr-Szabadhegy frekvenciált részén új építésű, 9 lakásos társasházban eladó ez a nettó



58 nm-es, amerikai konyha nappali + 2 szobás, 2. emeleti, tetőtéri lakás. A konyhához kamra is tartozik, a fürdőszobába zuhanyzó és kád is beépíthető.

Ár: 16,9 M Ft.
+36-30/376-3718

Próbálja ki otthonában, mielőtt megveszi!

Interjú Dr. Csizmás Mária fül-orr-gégész és audiológus szakorvossal

- Miért nehezebb felismernünk a hallásproblémát, mint mondjuk a látásunkét?

- Tipikus eset, amikor valaki hallásvizsgálatra jelentkezik, és azt mondja, hogy „Á, nekem nincs hallásproblémám, nem vagyok én süket, hiszen hallom, amit mondanak. Igazából csak a családom unszolására jöttem el hallásvizsgálatra, semmi bajom”. Sajnos ez azonban a legtöbb esetben nem igaz.

- Pontosan ez mit jelent?

- Ez azt jelenti, hogy az érintett személy érzékeli ugyan, hogy beszélnek hozzá, de a szavakat nem érti meg pontosan. A beszédértés ilyen esetben nagyon rossz is lehet, csupán 40-50 százalékos arányban érti meg az érintett a hozzá intézett szavakat, ez súlyos kommunikációs problémákat okozhat, és sürgős segítséget igényel.

- A megoldás akár a hallókészülék viselése is lehet?

- Igen, persze. Itt szeretném

azonban felhívni a figyelmet arra, hogy a megfelelő hallókészülék kiválasztása kiemelten fontos, hisz egy öt-hat évre szóló komoly döntésről beszélünk. Szerencsére ma már számtalan lehetőség áll a rendelkezésre, így érdemes akár több márká készületeit is kipróbálni. A jól bejáratott, kitűnő minőségű, és a nagy múlttal rendelkező márkák különböző típusai között mindenkinek találunk személyre szabott tökéletes megoldást.

- Hogy dől el, kinek melyik készülék lesz a megfelelő?

- Az úgynevezett próbahordás egy remek lehetőség, amit azért is támogatnak, mert a hallókészüléket ott a legjobb kipróbálni, ahol azt valóban használni fogják: otthoni, munkahelyi környezetben vagy baráti társaságban. Nem is lehet szakmailag megalapozott, felelős döntést hozni



A hallókészüléket ott a legjobb kipróbálni, ahol azt valóban használni fogják.

enélkül, hiszen minden hallókészüléknek van egy optimális hozzászokási ideje. A próbahordási időszak után érdemes a tapasztalatok alapján még egyszer finomhangolni a készüléket, hogy tökéletesítsük a hallásélményt.

- Mit kell tennie annak, aki részt akar venni egy ingyenes hallásvizsgálaton és szükség esetén az ingyenes hallókészülék próbahordáson?

- Mindenki használja ki a lehetőséget, és jelentkezzen be a **06 96 529 850-es telefonszámon az Amplifon Hallásközpontba!** - mondta el lapunknak Dr. Csizmás Mária fül-orr-gégész és audiológus szakorvos.



Vegye komolyan!

A jó hallás fontos.

A problémák megelőzésének érdekében ingyenes audiológiai szűrővizsgálatot szervezünk az Amplifon Hallásközpontokban győri és környékbeli lakosok számára 2016. augusztus 12-től szeptember 2-ig.

Ne halogassa, foglaljon időpontot most!

Amplifon Hallásközpont

Győr, Dr. Kovács Pál u. 1.
Bejelentkezés: 06 96 529 850
amplifon.hu

amplifon



Okos megoldás

**GYŰJTSÖN ÖSSZE
40 HŰSÉGPONTOT**



**ÉS VIGYEN HAZA
EGY PLÜSSFIGURÁT
INGYEN!**

Részletek az üzletekben és a disney.penny.hu oldalon.

2016. augusztus 11. csütörtök – augusztus 17. szerda

Carte d'Or jégkrém

- ▶ eper, csokoládé, vanília, kókusz
- ▶ 1 liter



-22% OLCSÓBBI!
849 Ft
1099 Ft

1 DB TERMÉKÉRT

+3 PONT

Magyar gyümölcsle*

- ▶ almale, 100% gyümölcstartalom
- ▶ meggy nektár, 35% gyümölcstartalom
- ▶ őszibarack nektár, 50% gyümölcstartalom
- ▶ 1 liter



CSAK MOST!
299 Ft

1 DB TERMÉKÉRT

+1 PONT

Tomí mosópor, mosógél*

- ▶ mosópor, amazónia, color, 7 kg, 476 Ft/kg
- ▶ mosógél, amazónia, mandulatej color, 2 x 3,3 liter, 505 Ft/liter



CSAK MOST!
3333 Ft

1 CS. TERMÉKÉRT

+12 PONT

Szentkirályi ásványvíz

- ▶ szénsavmentes, enyhe, szénsavas
- ▶ 1,5 liter
- ▶ 59 Ft/liter



-25% OLCSÓBBI!
89 Ft
119 Ft

Ajánlatunk 2016. augusztus 11. és augusztus 17. között a Penny Market győri üzleteiben érvényes! *A csillaggal jelölt árucikkek nem állandó termékei kínálatunknak, ezért előfordulhat, hogy az akció kezdete után rövid időn belül elfogynak. Amennyiben gondos tervezésünk ellenére a termék az akció vége előtt elfogyna, felvilágosításért kérjük, forduljon az üzletvezetőhöz. A nyomdai hibákért felelősséget nem vállalunk. Az árak forintban, áfával együtt értendők. Kiszámlázás csak a háztartásokban szokásos mennyiségben. Szíves megértésüket köszönjük!

Új székhelyre költözött a Mod Számítástechnikai Kft., a térség egyik vezető informatikai vállalkozása



Erről kérdeztük Királyfalvi Gábort, a társaság ügyvezetőjét.

Milyen előnyökkel jár az ügyfeleknek, hogy új székhelyre költöztek?

A folyamatos növekedés számos új helyzetet hoz az életünkben. Az eddigi székhelyünket kinőttük, így szükségesé vált egy nagyobb, korszerűbb épület vásárlása, amely lehetőséget ad a to-

vábbi fejlesztésekre is. Célunk, hogy az épületben rejlő lehetőségeket maximálisan kihasználva, még magasabb színvonalon szolgáljuk ki az ügyfeleinket.

Mik ezek a lehetőségek?

Felsorolni is hosszadalmas, csak a legfontosabbakat említem: fontos az ügyfélparkoló, hisz ez Győrben már egyre nagyobb kincs. Partnereink jogos elvárása, hogy biztonságos és kényelmes körülmények között látogathassanak meg minket. Ugyanakkor segíti az ügyfeleinkkel a hatékony kommunikációt, hogy több, interaktív prezentációs eszközzel felszerelt tárgyalónk is van, ahol az innovatív megoldásainkat megismerhetik. Az épület szintjeit és irodáit úgy alakítottuk ki, hogy a szolgáltatásban részt vevő kollégák a lehető leghatékonyabban tudjanak az ügyfeleinkre koncentrálni. A kritikus rendszereket üzemeltető mérnökök kollégáink biztonságban dolgoznak, ahová csak kártyás azonosítást követően lehet belépni.

A kollégák is bizonyára elégedettek a munkaviszonyokkal.

Fontos számunkra, hogy a dolgozóink lássák, ez a közös munkánk gyü-

mölcse. A munkakörnyezetet úgy alakítottuk ki, hogy a munkatársaink is jól érezzék magukat, ennek elemei a napfényes, tágas terek, temperált hőmér-

vagyunk, ezért zuhanyozót és biciklitárolót is kialakítottunk.

Tudjuk, hogy versenyeznünk kell más cégekkel azért, hogy a legkivá-



séklet, jól felszerelt étkező, vagy például a mozgássérült-ilemehely.

Szeretnénk kerékpárosbarát munkahely lenni, mert környezettudatosak

lőbb szakemberek dolgozzanak nálunk, ennek az egyik lényeges eleme, hogy jó munkakörnyezetet tudjunk biztosítani. (x)

ÖNNEK ÉPÜL a Holt-Marcal tó partján

Győrben, a Pápai út mentén, a Holt-Marcal tó mellett épülő **21 lakásos** társasházban, **még 3 örök panorámás** vízparti lakás eladó.

2016 őszétől, akár **CSOK**-kal is, kulcsra kész állapotban átvehető!

75 négyzetmétertől
97 négyzetméterig.



Hívjon
MOST!
+36 30
3488 888

www.ctpartner.hu

EGYEDÜLÁLLÓ AJÁNLAT GYŐR LEGRÉGEBBI ÉS EGYIK LEGNAGYOBB SZOLGÁLTATÓJÁTÓL:

Komplett riasztórendszer 0 Ft

NINCS egyszeri belépési díj
NINCS apróbetűs rész
NINCS 3 év hűségdíj
NINCS áremelés

Családi házra, társasházi lakásra, panellakásra, nyaralóra, garázsra!

TÁVFELÜGYELET költsége a **0 FT-OS RIASZTÓRENDSZER** mellé
GPRS vagy RÁDIÓS kommunikátorral

ÉLETTARTAM GARANCIÁVAL! nettó **3000 Ft**-tól!

MEGOLDÁS SECURITY
MEGOLDÁS KFT 1994
Több mint 20 éves az önkéntes szolgálatában

VAN ENNÉL JOBB AJÁNLATA?

Tájékozódjon, mielőtt szerződik:
20 ÉV NEM HAZUDIK!
NÁLUNK A 0 TÉNYLEG 0!

Legyen részese egy több mint 20 éves, egyedülálló sikertörténetnek!

Győr, Liezen-Mayer u. 4. • (96) 517 939, (20) 219 0243
www.megoldassecurity.hu • www.ingenyriasztio.eu

† Riasztásértől érdeklődjön kollégáinknál. ‡ Központi, kezelési, kommunikációs.