



GYŐR+ HETILAP

GYORPLUSZ.HU

IX. évfolyam 16. szám / 2019. április 19., péntek / Megjelenik **61.700** példányban

A REMÉNY ÚTJÁN

Cikkeink a 3. és az 5. oldalon

PATENT = BIZTONSÁG



Több lett? Maradhat!

Harmadjára rendezi meg a HÖÖK Mentorprogram országos felsőoktatási adománygyűjtését március 5. és április 26. között, melynek során országsszerte a felsőoktatási gyűjtőpontokon adhatják le a segíteni szándékozók azokat a tartós élelmiszereket, játékszereket és tanszereket, amelyeket a hátrányos helyzetű gyermekeknek, családoknak szánának. A gyűjtés városunkban is zajlik, ennek apropóján járt a Győr+ Reggeli stúdiójában Veiler Gina és Határvölgyi Bianka.



Idén 17 felsőoktatási intézmény hallgatói önkormányzata vesz részt a hagyományteremtő adománygyűjtésben, amely nagyon sikeresnek mondható. A HÖÖK Mentorprogram – 2009-es életre hívása óta – 1300 hátrányos helyzetű és halmozottan hátrányos helyzetű fiatal mindennapjait segítette már. A Széchenyi István Egyetem hallgatói hozzátették, a rászoruló családoknak és gyerekeknek nem csak ünnepek közeledtével van szükségük segítségre. Az akcióval a

felelősségvállalás fontosságán túl a túlvásárlás problémájára hívják fel a figyelmet, valamint segíteni szeretnének a felhalmozott fogyasztási cikkek hasznosításában is.

Az adományok, amelyeket várnak, három kategóriába oszthatók. Mindenféle tartós élelmiszert, tanszereket és játékokat szívesen fogadnak! Például tartós élelmiszerek közül jöhet tészta, liszt, rizs, só, kristály- és porcukor, olaj, búzadara, zsemlemorzsza, sárgaborsó, lencse, szárazbab,

fűszerek, konzervek, lekvárok, levesporok, keksz, édesség, vitamintabletta gyermekeknek, kakaópor. Tanszerek esetén például füzeteket, tollakat, színes ceruzákat, vízfestéket, temperát, ecseteket várnak. A játékok közül pedig többek között ugrálókötélre, labdára, társasjátéokra gondoltak a fiatalok.

Győrben hét helyen fogadják a felajánlásokat, természetesen az egyetemen is van lehetőség adakozni, például a központi épületben, a Hallgatói In-

formációs és Szolgáltató Központban, és a könyvtárban is. A kezdeményezéshez bárki csatlakozhat, a hallgatókon kívül a győrieket is segítségre buzdítja a HÖÖK Mentorprogram.



Rekordsok tojás fogy húsvét előtt

Közel kétszer annyi tojás fogy a húsvét előtti időszakban, mint máskor. Erről árulkodnak a nagyáruházak és a győri piacon áru-
ló őstermelők tapasztalatai is. Az ünnep előtti utolsó hét a leg-
erősebb a standokon, ilyenkor a vevők szó szerint elkapkodják
a minőségi, ráadásul kedvező áron kínált terméket.

„Néhány hete futótűzként terjedt el a sajtóban, hogy húsvétra nagyot drágul a tojás, mi magunk is meglepődtünk a hír hallatán, gondolom ezzel a vásárlók is így voltak” – mondta a Győr+ Televízió Szabó Norbert péri tojástermelő, és hozzátette, az igaz, hogy drágult a takarmány, ezzel pedig a költségeik is, de nem akartuk ezt az ünnep előtt a vevőkre hárítani. „Az elmúlt időszakban megszokott 40 forint körüli áron kínáljuk a megszokott minőségű tojásokat, az M-es 38, az L-es méretű 43 forintba kerül, ami azt hiszem, megfizethető ár” – fogalmazott a szakember.

Az ország éves tojásfogyasztása néhány év alatt 2,1 milliárd darabról 2,3 milliárd darabra nőtt, ez egy főre vetítve azt jelenti, hogy 214 darabról 234 darabra emelkedett a magyar emberek tojásfogyasztása – derült ki egy szakmai konferencián, ahol az Agrárminisztérium parlamenti államtitkára, Farkas Sándor hangsúlyozta, a friss és egészséges tojás előállításához szükséges, hogy a baromfiágazat is jól teljesítsen, ezért is fontos, hogy a rendszerváltást követően 75-80 százalékban magyar tulajdonban maradt az ágazat. A kormány 2017. január 1-jétől öt százalékra csökkentette a tojás áfáját.

Két ember ül egymás mellett. Ugyanazt a képet nézik. Egy ember lóg a kereszten. Két keze, lába átszegezve, fején tövisből font korona, arca fájdalom, szenved. Mindkét ember együtt-érez a szenvedővel, hiszen nekik is megvan a maguk keresztje. Mindkettő tudja, milyen, amikor fáj. Ismeri jól az ember a fizikális fájdalmat, mert talán balesetet szenvedett, fájdalmas betegség támadta meg, vagy mert erőszakos cselekmény áldozatává vált. Érti, hogy ami testét meggyötéri, a lelkén is sebet karcol. Ahogy a kereszten szenvedő megélte a megaláztatást, emberi méltóságától való megfosztást, úgy a keresztet szemlélő is ismeri a megszegyenítést, a magányt és reménytelenséget is. Ahogy a kereszten szenvedőnek az útja a biztos halálba vezet, olyan reménytelen né válhat annak az embernek is az élete, aki beleroppant egy rosszul sikerült kapcsolatba, vagy mert észrevétlenül is rab- szolgája lett valaminek, legyen az alkohol, drog, cigaretta, játékszenvedély...

Ahogy figyelik a keresztet, az egyikük, aki a maga módján hisz vagy tagad, felkiált: „Hol van ilyenkor Isten? Miért engedi, hogy ez a sok szörnyűség megtörténjen? Milyen Isten az, aki engedi, hogy az ember szenvedjen?” Így kiáltottak némelyek azok közül is, akik jelen voltak Jézus keresztre feszítésénél. „Má- sokat megmentett, magát nem tudja megmenteni. Ha Izráel királya, szálljon le most a keresztről, és hiszünk benne! Bízott az Istenben, szabadítsa meg most, ha kedveli őt; hiszen azt mondta: Isten Fia vagyok. A vele együtt megfeszített rablók is ugyanígy gyalázták.” (Mt. 27; 42-44.) A fájdalom, a düh, harag és értetlenség nem engedi meglátni a valóságot. A fájdalomtól és gonoszságtól eltorzult ember nem veszi észre, hogy amíg létezik a világon más akarat is, ami nem egyezik az Isten akaratával – vagyis azzal, amit Jézus így foglal össze a nagy parancsolatban: „Szeresd az Urat, a te Istenedet teljes szívedből, és szeresd felebarátodat, mint magadat.” (Mt. 22; 37-39.) –, nem lesz fájdalom- és erőszakmentes élet. Az emberi akaratosság vakká tesz és eltakarja Isten valóságát. Márpedig az Isten valósága nem az emberérettel felelőtlenül játszadozó öregúr képe, hanem az Isten valósága a szeretet maga. „Isten szeretet” (1Ján 4;16) A sok szenvedés okozója az emberi telhetetlenség, birtoklási vágy és a szeretetlenség, melyben egymás mellett élt életek, elbeszélte mondatok vannak, de hiányoznak a valódi kapcsolatok. Magányos tömeg lakójává lett az ember.

A másik szemlélő, a keresztény ember a szerető Istent látja meg a kereszten szenvedő Jézus Krisztusban. Bár ugyanúgy hatnak rá is a testi és lelki nyavalyák, mégis képes meglátni, hogy a legnagyobb mélységben és kiszolgáltatottságban is ott van Isten. Ez a nagypéntek lényege. Az élet sötét órájában az Isten szenved a kereszten, mert nagyobb szenvedés lenne neki az ember elvesztése, mint önmaga elvesztése. Jézus halála paradox módon egyben az életet is jelenti. Az a pillanat ugyanis, amikor Jézus átadta magát a halálnak, a legnagyobb szeretet megnyilvánulása volt.

„Lelkek sebére, hófehér tépést
Tenni az Isten felé pár lépést”
(Kárpáti Tibor: Gyöngyöt az embernek)

Ebben ott van a teljes önátadás. Ez nem ismeretlen tőlünk sem. A szerelemben mi is testestől-lelkestől szeretnénk odaadni magunkat a szeretett Kedvesnek. Elveszítjük magunkat, de egyszerre kitá- rul az élet teljessége. Ez az a teljesség, amire mélyen legbelül mindannyian vágyunk. Ez az, amiről Jézus is tanít: „Mert aki meg akarja menteni az életét, elveszíti azt, aki pedig elveszíti az életét énér- tem, megtalálja azt.” (Mt.16; 25.) Az ember tehát nem magányra, szingli életfor- mára van hivatva, hanem közösségben megélt szeretetre. Közösségben lenni I- stennel és egymással.

Ebből a teljes önátadásból születik az örök élet. Ezt jelenti ugyanis a feltámadás, húsvét ünnepe. A halálból, teljes önát- adásból megszületni Isten, önmagunk és embertársaink számára, ahogy mondja Henri Boulad SJ: A Halálban ugyanis meg- születünk című könyvében. Ez a húsvét lényege. Jézus Krisztus kereszthalálából élet születik. Isten feltámasztotta Őt a ha- lálból harmadnapon, hogy a benne való hit által nekünk is örök életünk legyen. Azért, hogy az irántunk érzett féltő szere- tete teljes legyen és létrejöjjön az el nem múltó szeretetkapcsolat. Nincs húsvét nagypéntek nélkül és mit sem ér nagy- péntek húsvét nélkül. Csak az tudja meg- élni az ünnep örömet, aki megélte annak bánatát is, de aki beleengedte magát eb- be a bánatba, reménységgel tekinthet az ünnep felé, mert Pál apostollal együtt hi- szí és vallja: nincs az a magasság vagy mélység, amely elválaszthat bennünket Isten szeretetétől.

Erlitz Anita
református lelkész

Nagypéntek + HÚSVÉT = kapcsolat

Fotó: Marcali Gábor



Az angolszász erők 1944. április 13-án kezdték meg Győr bombázását, ami hetekig tartott és több száz polgár életét követelte.

TÁBLA ŐRZI a bombázás emlékét

Szerző: Rozmán László / Fotó: MekliZ Fotóstúdió

Lebó Ferenc szobrászművész emléktábláját avatták fel múlt hétvégén Győr bombázásának 75. évfordulója alkalmából a Káptalandombon. Dr. Fekete Dávid alpolgármester felidézte, több hadi gépezetet is gyártottak az akkori ipari parkban. „A győri lakosság rengeteget szenvedett a II. világháború végén. Az első világháborúban a monarchia egyik fontos ipari üzeme működött a városban, az ágyúgyár. Így a második világháború idején is a gyártókapacitás a hadiipar szolgálatában volt. Itt készültek repülőgépek, harci kocsik, katonai eszközök. Így nem volt meglepő a győrieknek a bombázás” – folytatta az alpolgármester. Akkoriban már voltak légvédelmi óvóhelyek, tudták a civilek, hogy mit kell tenniük támadás esetén, a bombázásokban mégis 564-en haltak meg, 1132-en pedig megsebesültek. „Napjainkban is az a kép él, hogy a Rába-gyár lerombolásával egy jelentős hadiipari központot semmisített meg az angolszász légvédelmi erő. Keveset beszélünk arról, hogy temérdek civil életet követeltek ezek a napok.”

A Szent István utat, a Káptalandombot és belvárosi lakóházakat is érte detonáció. Az emléktábla helye – az Apor Vilmos püspök tere – szimbolikus, hiszen Apor Vilmos az első bombázás áldozatait eltemette, egy évvel később látta a bazilika tornyát lánokban állni. Később mártírhalt, a szovjet megszállók véget vetettek életének. „Az ő sorsa is mutatja, hogy az itt élők mennyit szenvedtek a világháborúban” – zárta szavait dr. Fekete Dávid.



Megújult a Hősi emlékmű medencéje a Radó-szigeten



Az elmúlt három évben 250 millió forintot költött a város szökőkutak, csobogók felújítására és újak építésére – mondta el Borkai Zsolt polgármester a Radó-szigeten, a Hősi emlékműhöz kapcsolódó medence átadásán.

Pihenés a csobogó

Szerző: Hajba Ferenc
Fotó: MekliZ Fotóstúdió

VÍZ KÖZELÉBEN

A medencét és annak vízgépészeti szerkezetét rekonstruálták. A 11-szer 20 méteres medence eddig csak tárolta a vizet, idén vízforgató rendszerrel is felszerelték a víz tisztaságának és színének megőrzése érdekében. A szivattyúval látványos vízképet lehet alkotni, illetve szökőkútként is működtethető az alkotás előtti medence.

A Radó-sziget szépítése hozzájárul az itt sétáló, pihenő emberek jó közértehez, fogalmazott a polgármester, majd megköszönte dr. Fekete Dávid és Radnóti Ákos alpolgármesterek munkáját, melyet a szökőkutak, a medencék, köztéri alkotások felújítása érdekében végeznek.

Dr. Fekete Dávid arra emléktetett, hogy 2014-ben, az I. világháború kitörésének századik évfordulóján centenáriumi emlékbizottság alakult. Feltérképezték az emlékhelyeket, s megkezdtek szakszerű felújításukat.

Az alpolgármester arról is beszélt: a győriek számára mindig fontos volt a vízközelég, ezért építették, újítták meg az azóta igen népszerű sétányokat.

szökőkút teljes felújítására. A Duna és a Rába találkozásánál épített multimédiás szökőkút is hamar elnyerte a városiak és az ide érkező turisták tetszését, ma már Győr egyik látványossága, hangoztatta az alpolgármester.

A győri önkormányzat három éve készült fejlesztési terve a vizes alkotások megújítására szembeütnő eredménnyel járt. A Tejfölös kofánál például helyreállították a szobor részét képező csobogót. A Bartók Béla úton a névadó zeneszerző emlékművénel a vízkép öt kis vízsugárral kottavonalakat formáz majd, ami a Borsos Miklós által készített madárszobron is megjelenik motívumként. Működőképessé tették a Kuopio park szökőkútját, a Rába Hotel előtti Ölelkező formák című csobogót, valamint a Bisinger sétányon található Faun és nimfák alkotást is.

Vízforgató
rendszerrel is
felszerelték

„A folyóparti szakaszok, városrészek mellett Ady- és Nádorvárosban is megújultak a szökőkutak s a szobrok” – hangsúlyozta Radnóti Ákos, s felhívta a figyelmet a volt megyeháza előtti



Szerző: Földvári Gabriella / Fotó: MekliZ Fotóstúdió

Áldott a keresztút

A maga nemében egyedülálló győri belvárosi szabadtéri keresztutat hétfőn délután dr. Veres András megyés püspök áldotta meg ünnepélyesen, nagyszámú érdeklődő jelenlétében a Káptalandombon.

Az új győri kálvária a Nagyboldogasszony-székesegyháztól indulva érinti a Gutenberg teret, a Jedlik Ányos utcát, a Dunakapu teret, a Stelczer Lajos utcát, a Széchenyi teret, a Fazekas közt, a Kazinczy utcát, a Bécsi kapu teret és visszatér a Káptalandombra. A keresztút elsődleges, evangelizációs célja mellett különleges művészi értékkel bír, hiszen különböző technikával dolgozó helyi alkotók együttműködésének gyümölcse Sándor János építész, vezető tervező koordinálásával. A keresztút állomásait hét dombormű, két grafika és öt festmény képezi.

Az alkotók: Babos Ágnes, Babos Éva, Borbély Károly, Csizmadia István, Csurák Erzsébet, Horváth Ákos, Kis Péter, Kurcsis László, Lebó Ferenc, Lipcsey György, Lipovics János és Szabó Márton. A keresztút alkotásait üvegbeton borítású tartószerkezetben helyezték el az épületeken, vagy lábakra állították.

„A keresztúttal nemcsak Győrnek, hanem az egész országnak, Európának is üzenünk, hiszen keresztúttal a kereszténység legrégebbi ájtatossági formáját jelenítjük meg” – fogalmazott dr. Veres András megyés püspök az ünnepségen. A keresztút művészi szépségével is üzen, hiszen győri művészek alkotásait örökíti meg, ma-

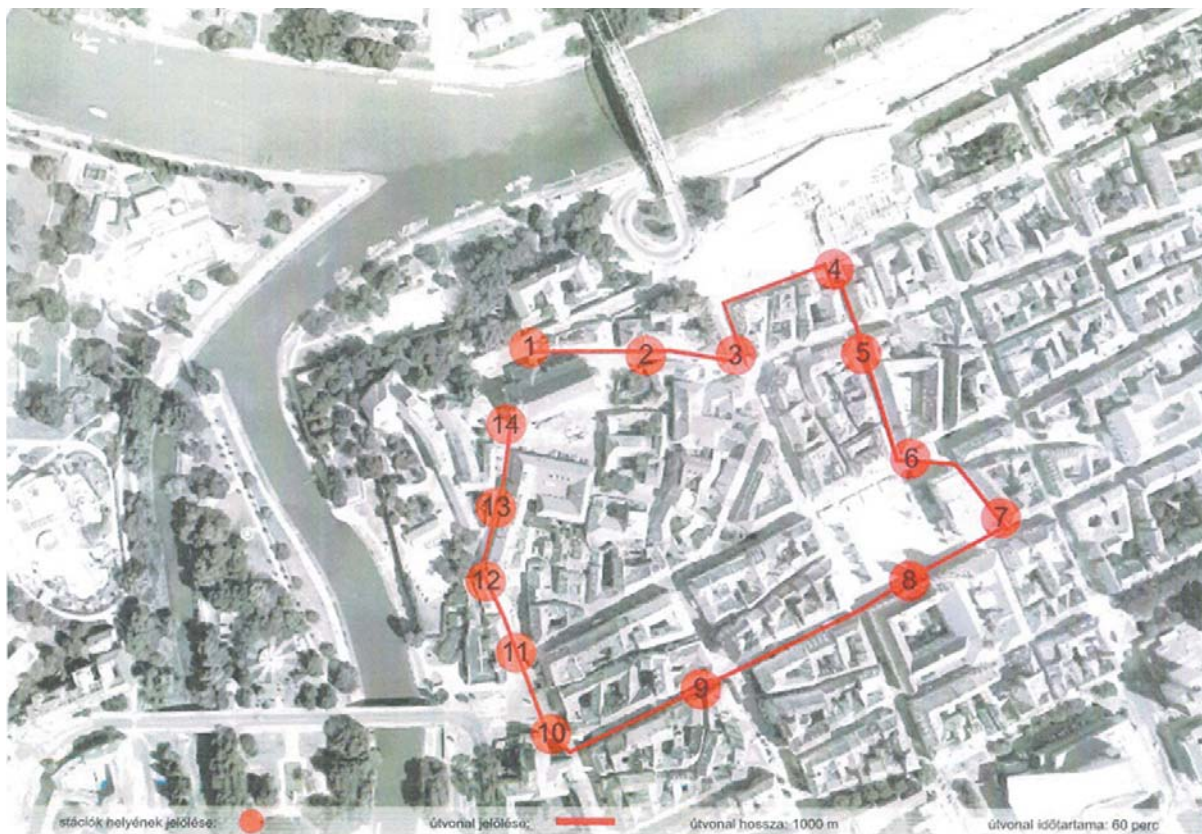
gyar feltalálású üvegbetonba ágyazva a stációkat. Ezt az anyagot egyébként szakrális építményben most először használták. A megyés püspök azt kívánta, hogy a győri keresztút legyen mementója annak, hogy 2019 nagyhetében olyan összefogás létesült, amely minden ember számára ugyanazt az üzenetet hordozza: „Isten megváltott mindnyájunkat”.

Borkai Zsolt polgármester az egyedülálló összefogás erejéről beszélt. A Győri Egyházmegye, az önkormányzat, valamint az elkötelezett vállalkozói szféra és a tehetséges kortárs alkotók közreműködésével készülhetett el a város új szakrális kincse. A jelenleg is zajló káptalandombi nagyszabású fejlesztések mellett a belváros központi szakrális szerepét, a vallási turizmust is erősíti a kálvária” – hívta fel a figyelmet a polgármester.

Bogisich Ferenc, a QP Zrt. vezérigazgatója is annak az országosan egyedülálló összefogásnak a jelentő-

ségéről beszélt, amely a bencés templom harangjainak újjászületésével kezdődött, és folytatódott a Mindenki Krisztusa köztéri alkotás felállításával, valamint a keresztút elkészültével. „Példát mutatunk, és még nem ért véget azon különleges álmok sora, amelyek megvalósításával tovább fejlődhet, színesedhet városunk, és a győriek élete is” – ígérte az üzletember.

A nagypénteki keresztutat április 19-én 18 órai kezdettel már a felállított stációk előtt, Veres András megyés püspök vezetésével járhatják végig a hívők, az érdeklődők.



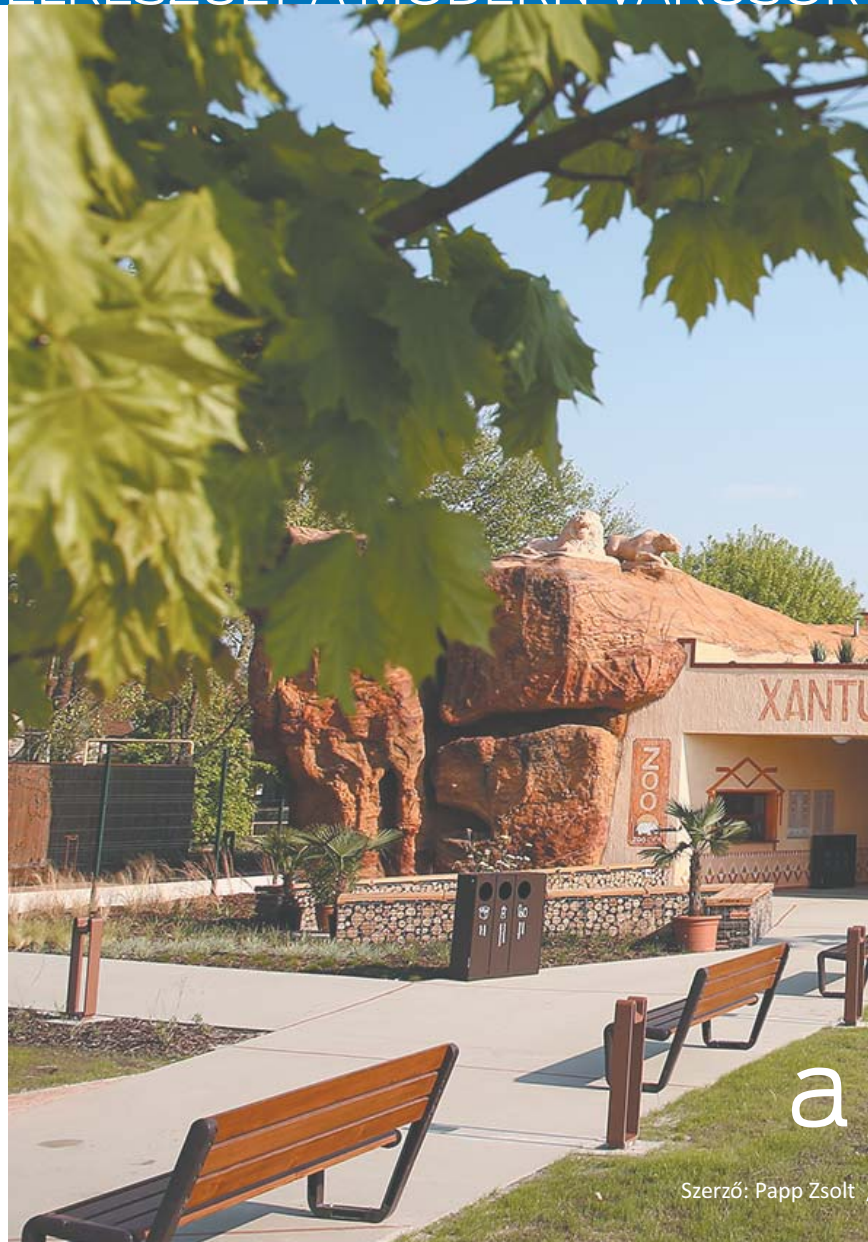
Bár a győri Kiskúton járunk, mintha csak Észak-Afrikába érkez-nénk. A Xantus János Állatkert új főbejárata is a szafari hangulatát idézi, a 160 négyzetméteres műszikla és az erről lezúduló vízesés igazán impozáns látvány, ahogy a park új lakói, Mana és Wanda, a kihalástól fenyegetett keskenyszájú orrszarvúk két példánya szintén azok.

„Ha beindul a nagy pofonofon...” – énekelték A dzsungel könyve musicalból a Győri Nemzeti Színház művészei az új főbejárat szavannai hangulatát idéző tetőzetén táncolva. Ha az nem is, de a Modern Városok Program (MVP) győri fejlesztései mindenképp beindultak, amelyek közül hétfőn két állatkerti beruházást is átadtak.

„Bár a győri MVP csak 2017 tavaszán indult, példaértékű az a munka, amelynek révén a projektek előrehaladnak” – értékelt az átadón Gyopáros Alpár, a Modern Települések Fejlesztéséért felelős kormánybiztos. Hozzátette, győri kötődése miatt büszke a város fejlődésére. A többmilliárdos beruházások már-már természetesnek hatnak, de a városvezetés és az együttműködő partnerek nagyon komoly munkája áll az egyes fejlesztések mögött. A kormánybiztos kiemelte, Magyarország GDP-jének 40 százalékát a megyei jogú vá-

rosok adják, és közülük is húzóerőt képvisel Győr, ahol már a korábbi években megvalósultak azok az infrastrukturális elemek, amelyeket sokan csak most, az MVP keretén belül valósítanak meg.

„A győri MVP két éve kezdődött, amikor Orbán Viktor miniszterelnökkel aláírtuk a megállapodást, és olyan fejlesztéseket emeltünk a programba, amelyek városunk fejlődését hosszú távon szolgálják. Ez a folyamat a mostani átadással mérföldkőhöz érkezett, és örömteli, hogy az állatkert lett a zászlóshajó, hiszen egy éves szinten 175 ezer látogatóval büszkélkedő parkról van szó, ahol családok szórakoznak, a gyerekek pedig játszva tanulnak” – fogalmazott Borkai Zsolt polgármester. Mint mondta, a Xantus János Állatkert már eddig is ékszerdoboz volt, az állami támogatásnak köszönhetően tovább fejlődött, ami egyszerre szól a győrieknek, és erősíti a térségi vonzerőt is.



a

Szerző: Papp Zsolt

Az állatkert esetében egyébként összességében mintegy kétmilliárdos fejlesztés csomagról beszélhetünk, ennek a része volt a mostani, több mint 400 millió forintos fejlesztés. Krucsainé Herter Anikó, az Emberi Erőforrások Minisztériumának kulturális ügyekért felelős helyettes államtitkára az állatkert oktatásban betöltött szerepét hangsúlyozta. Mint mondta, ma már a humánus állattartás kerül előtérbe, ahol a természetes környezetüket megidézve szerezhetnek információkat az állatokról a látogatók.

Az elkészült beruházás egyik eleme tehát az új főbejárat és fogadóépület. A bejárat afrikai mintákkal díszített, egyediségét a három pénztári egységet összekötő, 160 négyzetméteres műszikla, az erről lezúduló vízesés és zöldtetőrendszer alkotja. A tetőn elhelyezett szobrokkal teljese-

letben látogatói teret, pihenőt, ajándékboltot és vizesblokkokat alakítottak ki mintegy 180 négyzetméteren. A bejárat előtt egy jegykiadó auto-

Ma már
a humánus
állattartás kerül
előtérbe

matát is elhelyeztek, amely az év minden napján 0–24 órában üzemel, magyar és angol nyelvű menüvel, bankkártyás fizetéssel. Az automatá-



Győr is hozzájárulhat fekete orrszarvú megmentéséhez

Fotó: Marcali Gábor

ban vásárolt jeggyel a látogatók elkerülik a pénztári sorban állást, egyből a belépőkapuhoz mehetnek.

A fejlesztés másik eleme a zsiráf-ház bővítése, illetve az orrszarvúház építése volt. A zsiráfok elhelyezésére alkalmas, nagy belmagasságú részt is tovább magasították, valamint hat orrszarvúbokszot is építettek. A Dél- és Kelet-Afrikában őshonos keskenyszájú orrszarvúval kapcsolatban dr. Andréka György, az állatkert igazgatója elmondta, a természetes állomány az elmúlt évtizedekben rendkívül megfogyatkozott, az orvvadászat miatt 1980 óta 96 százalékkal csökkent az egyedek száma. Ma már a természetben csak ötezer példány él, ezért a védelem, súlyosan veszélyeztetett természetvédelmi kategóriába tartozik. Fogságban élő európai állományának tenyésztését az EEP (Európai Veszélyeztetett Fajok Programja) koordinálja, amelynek legújabb és legmodernebb tenyészközpontja im-

már a győri. A kifutórendszer két bika és három nőstény tartására alkalmas. A tervek szerint a győri szaporulat az Akagera Nemzeti Parkba kerül majd, így városunk is hozzájárulhat a faj fenntartásához.

Magyarországon először tehát a győri állatkertben láthatjuk ezt a ritka fajt, egyelőre Mana és Wanda személyében. A két „idős hölgy” már állatkertben született, Mana Magdeburgból, Wanda pedig Rotterdamból érkezett, egyelőre szokják a győri környezetet.

A fogadóépület költsége nettó 175 millió, a zsiráf- és orrszarvúház fejlesztésének értéke nettó 236 millió forint, a kivitelező mindkét esetben a Fodor Kft. és az Euro General Zrt. konzorciuma volt. Az állatkert további fejlesztése során készül el a majomház bővítése és a takarmányfeldolgozó felújítása, az elefántház, a Himalája-bemutató, a pingvin-törpeviziló bemutató, a gazdasági épületek felújítása, bővítése, valamint az állategészségügyi központ felújítása.

A magyar tulajdonban levő Ice Solution Kft. jelentős beruházással növelte kapacitását az Ipari Park szomszédságában levő telephelyén. A legmodernebb előírásoknak és legszigorúbb környezeti szabályozásoknak is megfelelő új hűtőházat építettek és avattak fel múlt csütörtökön.

Több mint 800 millió forintos beruházás

Új hűtőházat avattak

Szerző: Koloszárs Tamás

A fejlesztést a cég önerőből, banki hitelből és európai uniós támogatásból fedezte. Az új hűtőkomplexum mínusz 18 és mínusz 25 Celsius-fok közötti hőmérsékleten mélyhűtött áruk raktározására alkalmas. Az új hűtőben 3800 raklap, mintegy háromezer tonna áru fér el, amely 125 telepakolt kamionnyi árumennyiségnek felel meg. A hűtőház belmagassága tizennégy méter, amelyben hat raklapszint magasságú mozgó állványrendszert alakítottak ki.

„A fagyasztott termékek fogyasztása növekszik, az elmúlt években több megrendelést kaptunk, mint amennyit ki tudtunk szolgálni,

ezért döntöttünk az új hűtőház megépítése mellett” – mondta el Csik Domonkos ügyvezető igazgató.

A hűtőházban egyedi targoncák dolgoznak, amiket a speciálisan a nagy magassághoz és hűtőházi körülményekre terveztek, és fűtött kabinosak lesznek.

Az Ice Solutiont tíz éve alapították, mélyhőmérsékletű raktározást, fagyasztást, és az ehhez kapcsolódó logisztikai szolgáltatásokat végeznek hazai és külföldi élelmiszergyártó, -kereskedő és -feldolgozó vállalatoknak. Legnagyobb partnerei közt szerepel a Fevita, a Hippi, a Hungerit, a Matusz-Vad, a Sága, a Sole Mizo és a Taravis.

Többé már nem okoz gondot a lehulló csapadék a kismegyeri Summás utcában. A korábbi problémát kétszáz méter hosszan kiépített vízelvezetéssel oldották meg, mintegy hétmillió forintból, és hamarosan újabb munkálatok kezdődnek.

Fotó: Meklíz Fotóstúdió

KISMEGYER tovább fejlődik

Diligens Tibor, a körzet képviselője szerint ezzel európai körülményeket teremtetek a Summás utcában. „Megújult a teljes rendszer, az út melletti padka, szép környezetet sikerült kialakítani az építőknek” – nyilatkozta a Győr+ Televíziónak a képviselő, aki már az újabb fejlesztéseket tervezi. Elárulta, a szakemberek még idén megkezdik más utcákban is a munkálatokat: a Mohács utcában és a Sólom utca egy szakaszán is járdát építenek, ami nemcsak a közlekedést teszi biztonságosabbá a gyalogosok számára, de a városrész esztétikai látványát is növeli. Diligens Tibor elmondta, a Mohács utcában járda hiányában az útesteten sétálnak az emberek, ráadásul a közeli templom gyakran vonz nagyobb tömegeket, így mindenképp fontos, hogy a gyalogosok számára biztonságossá tegyék a közlekedést. A képviselő úgy látja, a Kismegyer utca felújítása is jogos igény a lakosság részéről, amely szintén a tervek között szerepel.



Kara Ákos: A GYŐRIEK ÉRTIK, mi a választás tétje

Az Ifjúság körút egyik áruháza előtt is gyűjtött aláírásokat a Fidesz–KDNP. Fiatal aktivisták szolgáltatták meg az embereket.

„Győrben az emberek valós veszélynek érzik a bevándorlást, mindannyian emlékszünk arra, hogy évekkel ezelőtt több ezren haladtak át a városon olyanok, akikről nem tudtuk, kicsodák, honnan jönnek, hová tartanak, mit akarnak, ez pedig félelmet keltett az itt lakókban” – mondta a sajtónak Kara Ákos országgyűlési képviselő, államtitkár, aki tízéves koráig ebben az utcában lakott a családjával. Hozzátette, a győriek tudják, hogy az EP-választásnak mi a valódi tétje: ha a Fidesz az egyik legsikeresebb konzervatív európai pártként továbbra is

komoly szerepet tölt be az unióban, s amíg ez a párt marad a magyar kormány élén, akkor Magyarország nem lesz bevándorló ország. Orbán Viktor hét pontja ezt a határozott törekvést erősíti meg. Fontos, hogy minden ország maga dönthesse el, hogy akar-e befogadni bevándorlókat vagy nem. Minden jel egyértelműen arra mutat, hogy a magyarok nem szeretnék, ha az unió ránk kényszerítené elfogadhatatlan akaratát.

Kara Ákos szerint meg kell szüntetni a brüsszeli képtelenségeket, a migránsvízumot és a pénzzel feltöltött migránskártyát, melyet olyan embereknek adnak, akikről azt sem tudják, kicsodák, mi az előéletük, mik a szándékaik.



ERDŐSÁVOT SZERETNE az ipari park köré az LMP



Sajtótájékoztatót tartott szerda kora délután a belvárosban Ungár Péter, az LMP országgyűlési képviselője, ahol az is kiderült: erdősávot szeretnének az ipari parkhoz.

„A mostani európai parlamenti választások tétje, hogy lesz-e olyan párt, amely a klímaváltozás ellen emeli fel a szavát” – kezdte a Baross Gábor úton megtartott sajtótájékoztatóján Ungár Péter, az LMP országgyűlési képviselője, majd áttért a Győrt közvetlenül érintő kérdésekre.

Ahogy fogalmazott, tény, hogy az ipari parkban működő cégek a legmodernebb technikával felszereltek, azonban azokban a levegőszűrő berendezéseket gyakrabban kellene ellenőriztetni, és ha szükséges, karbantartani, cserélni. Ha ez megtörténne,

akkor kevesebb ipari porhulladék kerülne a levegőbe, s így a környéken élők is kevésbé lennének kitéve a környezeti ártalmaknak. Emellett fontos lenne, hogy a területre egy erdősávot telepítsenek, amely így természetes szűrőként funkcionálna.

„Az erdősáv helyének kérdésében rugalmasak vagyunk, de szorgalmazzuk, hogy ez – állami finanszírozásból – minél előbb megvalósuljon! Aki az LMP-re szavaz a májusi EP-választásokon, az a környezetvédelem és a klímaváltozás elleni harc mellett teszi le a voksát” – zárta szavait az országgyűlési képviselő.

TÚLÓRA HELYETT legyen európai minimálbér

„A magyar emberek kétharmada nem túlmunkát, hanem tisztességes bért akar” – mondta dr. Tóth Bertalan, az MSZP elnöke Győrben. A szocialista párt európai uniós választási sajtótájékoztatóján kedden elhangzott: 240 ezer forintos egységes európai minimálbérré lenne szükség Magyarországon. A szocialisták bevezetnék a 95 ezer forintos minimál nyugdíjat és a 48 ezer forintos családi pótlékot is.

„Az emberek többsége nem túlmunkát, hanem tisztességes bért akar. A magyarok azt érzik, hogy a munka után nem kapják meg azt a bért mértéket, amivel biztosítani tudják a mindennapos megélhetésüket. Szlovákiában, Csehországban és már Romániában is többet keresnek a munkás emberek, és Magyarorszá-

gon a minimálbér is alulról a negyedik helyet foglalja el az EU-ban” – emelte ki a politikus.

Elmondásuk szerint Magyarországon egymillió nyugdíjas él szegénységben, ezért azt követelik, hogy legyen minimális európai uniós nyugdíj. Az elnök hozzátette, nem csoda, hogy sok munkavállaló elhagyja Magyarországot és kivándorol. Ezért van szükség egységes európai minimálbérré. A szocialista párt a méltánytalanul alacsony nyugdíjakat és a családi pótlékot is megemelné.

A sajtótájékoztatón elhangzott: a májusi EU-s választásokon az MSZP a párbeszédet indít közös listát, amely egy piros-zöld új baloldali szövetséget jelent, ami képviseli a szociális értékeket és nem feledkezik meg a jövő generációjáról sem.



Szerző: Hajba Ferenc / Fotó: Marcali Gábor

MEGNYÍLTAK A SZÉCHENYI EGYETEMI NAPOK



A sikerek és a kudarcok természetrajzával is foglalkozott Borkai Zsolt polgármester, aki Földesi Péter rektorral közösen nyitotta meg a SZE-Napokat a Széchenyi István Egyetemen kedden.

Földesi Péter rektor szerint nem lehet elválasztani a várost az egyetemtől. Annakra erősek a kapcsolatok, a célok, a feladatok egybemosódnak. „Ebben a csodálatos környezetben szinte az egész év fesztivál” – tette hozzá.

„Győr meghatározó létesítménye, szellemi központja az egyetem, ami most már 15 ezer hallgatónak ad otthont” – folytatta a város polgármestere, Borkai Zsolt. Azt kérte, hogy a fiatalok ne csak az egyetemi éveiket töltsék Győrött, hanem helyezkedjenek el a városban, itt alapítsanak családot, a város szívesen befogadja őket.

Borkai Zsoltot arra is felkérték az egyetemisták, hogy a hivatalos megnyitó mellett szóljon saját sikereiről, arról, miként élte át és dolgozta fel a kudarcokat, mit jelentett életében a sport, van-e felhasználható hozadéka a polgármesteri munkában. Elmondta, az első tornászélménye a kudarc volt. Röck Samu tornatanár meghívására hatévesen vitték le először edzésre, ahol a nála idősebb, régebb óta oda járó gyerekek remekül cigánykerekedtek, ő erre akkor még képtelen volt. „Mondtam is otthon, hogy béna vagyok, szégyellem magam, többet nem akarok edzésre járni. Édesanyám széttolta a bútorokat a nappaliban, s még aznap este megtanultam cigánykerekezni. Így lett a kudarcból ösztönző erő.” A második sportkudarc kilencéves korában történt, amikor a gyakorlat előtt kétszer is nekiment a tornaszekrénynek, és nulla pontot kapott. Abba is hagyta a tornát, pár hónapra elment focizni, de az

edzője visszahozta. „Talán akkor tanultam meg, hogy lehet ugyan gyorsan dönteni, sőt én most is a gyors, határozott döntéseket szeretem, de ha kiderül, hogy rossz volt, akkor azonnal változtatni kell.”

Első komoly sikerét 1987-ben érte el, lólengésben világbajnok lett. Ez év végén egy nyújtógyakorlat közben megsérült, a vállát kétszer is operálni kellett. Az sem volt biztos, hogy kijut a szülői olimpiára. Végül annyira jól sikerült a gyakorlata, hogy 1988-ban olimpiai aranyérmes lett. „A sporttól elsősorban a kitartást, a határozott döntést, a döntés felelősségének érzetét, tudatát kaptam. Ezeket a tulajdonságo-

kat polgármesterként is alkalmazni tudom.” Hozzátette: polgármesternek lenni szolgálat, jó érzés segíteni a rászorulóknak, jó érzés jó ügyekért cselekedni, ha az ember mellett ott áll városa közösségének a többsége.

„Mindig azt vallottam, szeretni kell a közeget, amelyben élünk, különben rosszul éreznék magunkat benne. Szerencsém van, hogy engem ilyen szeret-
hető közeg vesz körül” – fogalmazott Borkai Zsolt.

A SZEN fesztivál tehát kedden startolt és péntekig tart. A hallgatókat és a városlakókat koncertekkel, sportprogramokkal és előadásokkal várták, várják. További beszámoló a 18. oldalon.

**Az első
tornászélménye
a kudarc volt**

Egy öt hónapos és egy másfél éves határon túli gyermeknek segített a Rotary Club Győr, a Gift of Life (Adj életet ajándékba) elnevezésű kiemelt programon keresztül. „A magyar Rotary klubok és támogatóik összegyűjtöttek egy összeget, amit a Global Grant pályázaton keresztül a nemzetközi Rotary klubok szövetsége megduplázott. Ebből a pénzből a született szívbetegségben szenvedő, határainkon túl élő gyermekek műtétjét finanszírozzák Magyarországon” – mondta el Heim Gábor, a Rotary Club Győr kuratóriumi titkára.

Ehhez a kezdeményezéshez csatlakozott a győri Rotary asztaltársaság is már több alkalommal. Az elmúlt években a Szörpintő és a Parkolófutam bevételeinek felével és a karácsonyi Kincskeresőisködmön előadáson összegyűlt pénzzel járultak hozzá a Gift of Life-hoz.

SZÍVBETEG és állami gondozott gyerekeket támogattak

„Fontosnak találjuk, hogy tudassuk a győriekkel, hogy ők is segítettek két kisgyerek gyógyulásában” – hangsúlyozta Heim Gábor.

Fülöp Sándor öt hónapos székelyudvarhelyi és Petyár Máté Barnabás másfél éves nagyváradi kisfiú a napokban elhagyhatta a kórházat, a budapesti Gottsegen György Országos Kardiológiai Intézetet.

Fülöp Sándort dr. Fésűs Gábor hajdani győri bencés diák, szívsebész operálta egy mellkasműtéten, míg Petyár Mátét dr. Ablonczy László főorvos katéterezte.

Tartósélelmiszer-gyűjtést szervezett a Rotary Club Győr-Rába a múlt hétvégén. „A gyűjtésbe klubtagjainkat, győri középiskolásokat is bevontunk a közösségi szolgálat keretében. A hűsvétot megelőző projekt célja a Győr-Ménfőcsanak-Sopron Megyei Gyermekvédelmi Központ lakóinak megajándékozása volt. Az akció sikeres volt, nagy mennyiségű tartós élelmiszer és édesség átadásával tehetjük szebbé az intézmény lakóinak napjait. Nagyon jó volt tapasztalni az emberek segítőkészségét, jó szándékát, ezért klubunk úgy döntött, hogy a projektet többször is ismételni fogjuk idén” – mondta el Kottán Péter, a Rotary Club Győr-Rába elnöke.

KORMÁNY  INFORMÁCIÓ

BABAVÁRÓ TÁMOGATÁST KAPNAK A FIATAL HÁZASOK

.....
Családvédelmi Akcióterv
.....





CONSTRUMA EXTRA AKCIÓ!

MINDENFÉLE TETŐFEDŐ ANYAG, FÓLIA, TETŐTARTOZÉKOK, ERESZCSATORNA ÉS BÁDOGOS ÁRUK, TETŐABLAKOK, FÉNYCSATORNÁK, ÁRNYÉKOLÓK, PADLÁSLÉPCSŐK, VÍZSZIGETELÉS, HŐSZIGETELÉS, RÖGZÍTŐK, TÖMÍTŐK, TETŐFESTÉK, KÉMÉNY, HOMLOKZAT-, ERESZ-, FAL- ÉS TERASZBURKOLATOK

GYŐR, Külső Veszprémi u. 17. tel: 96/314-314 mobil: 30/959-2245 e-mail: gyor@tetocentrum.hu - www.tetocentrum.hu

Szerző: Szigethy Teodóra
Fotó: Africa Studio/Shutterstock.com

Gyémántbányászokat keresnek!

Légy kitartó, türelmes, rendkívüli teherbíró, stressztűrő képességű, ne félj a „piszkos dolgoktól”, ne félj sírni, de sokat nevetni sem! A munka meghozza gyümölcsét, megtalálod a mélyen rejtőző kincset. Ezek a gyémántbányászok a nevelőszülők.

Magyarországon 2016-ban 20.551 kiskorú részesült gyermekvédelmi szakellátásban, valamint 2.590 18–25 éves volt utógondozott – szerepel a KSH nyilvántartásában.

Azért, hogy a lehető legtöbb gyermek családban nevelkedhessen, a kormány elindította a Befogadlak elnevezésű, nevelőszülőséget népszerűsítő kampányát. Ennek győri állomásán Simon Attila István, az EMMI szociális ügyekért felelős helyettes államtitkára elmondta, a kormány megpróbál minden olyan jogszabályi gátat lebontani, amely különbséget tesz a vér szerinti, az örökbefogadott és a nevelt gyermek között. Egyebek mellett a nevelőszülői munkát foglalkoztatási jogviszonnyá változtatták és 2020. január 1-jétől a nevelőszülők is részesülhetnek gyermekgondozási

díjban. Az államtitkár hangsúlyozta, tisztában vannak azzal, hogy nem reális cél, hogy minden állami gondozásban lévő gyermek nevelőszülőhöz kerüljön, de törekedni kell rá, hogy a lehető legtöbb gyermek részesülhessen ebben.

Erika 11, egy másik Erika 19, Adrienn 8 gyerek életében hagy örök lenyomatot. Közös bennük, hogy sajátjuk mellett több, családjából kiemelt gyermeket nevelnek. Egyetértenek abban, akárhány évig élnek együtt, a

kapcsolat egy életre szól, annak lenyomata megmarad mindenben.

Mindháromjuk más úton jutott el a nevelőszülőségre, de mindegyikükben ott van a szeretet, a kitartás, az empátia, hiszen több esetben olyan gyermeket fogadnak be, aki már kicsiként embert próbáló nehézségeket élt át.

Ezért is hasonlított az egyik anyja a nevelőszülőségre a gyémántbányászathoz. Kitartó munkával, türellemmel feltárul a sérült lélekben a kincs, minden nehezen

kezelhető fiatalban megtalálható az érték – magyarázta.

Erika mesélt egy történetet, ami az ő lelkét megerősítette abban, hogy jó úton járnak. „Velünk élt egy kislány, akit egy olyan népes családból szakítottak ki, ahol több testvér javító-nevelő intézetben volt már. Nagyon sokáig nem szólalt meg, majd egyszer rajzolt egy házat, s föléje napot. Kértem, mesélje el, mi van a képen. Azt mondta, egy öreg néni háza, amit kiraboltak.” Erika megértette, bármilyen környezetből is érkezik egy gyermek, láthatja még a napot az égen, a reményt, hogy lehet még jobb sorsunk az életben.

Sok gyermeknek a nevelőszülő jelent a reményt, ezért is fontos, hogy minél több gondozott kerülhessen családba.

Minden nehezen
kezelhető fiatalban
megtalálható
az érték

A keresztény értékeken alapuló Magyar Máltai Szeretetszolgálatot 1989-ben alapította a győrzámolyi születésű Kozma Imre atya a Szuverén Máltai Lovagrend tagjaként. Ugyanebben az évben ötvenezer NDK-beli menekült átmeneti elszállásolását és étellemezését segítették. A délszláv háború idején sikerült a vukovári szerb parancsnoknál elérnie, hogy a városban rekedt időseket, nőket és gyerekeket Magyarországra evakuálhassa. A szolgálat azóta kiterjedt hazai hálózattal rendelkezik és az ország egyik legnagyobb segélyszervezetének számít.

A hit védelme és a szegények szolgálata – több mint kilencszáz éve ez minden Máltai-szervezet jellemzője a világon. Mit jelent ez a gyakorlatban itt, Győrben?

A '90-es évek elején, amikor megalakult a szervezet, más szükségletek voltak a régióban. A Czuczor Gergely Bencés Gimnáziumban Kozma Imre atya hívószavára több százan jöttek össze, és az akkori események meghatározták a feladatokat. Miután ezek elmúltak, a szegényekre fókuszáltunk. Rengeteg segélyszállítmány érkezett külföldről, rendszeresen osztottunk adományokat, majd itthon is felélénkült az adományozási kedv. Az alázatból történő segítségnyújtás határozta meg a tevékenységünket, hiszen a kereszténységünket azzal mutathatjuk meg, hogyan élünk magunkban, valamint szűk és tágabb környezetünkben. A '90-es évek közepén merült fel a szükséglet, hogy karoljuk fel a fogyatékkal élőket, majd a munkanélkülieket, hiszen a rehabilitáció csúcsa a munka. Jelenleg 19 intézmény tartozik hozzánk, 10 pályázati programunk fut – köztük a jelnyelvi tolmácsszolgálat. Hátrányos helyzetűeknek és családjaiknak is elkezdünk programokat szervezni, hiszen látjuk, az adomány mellett perspektívát is kell adnunk. A 2000-es évek eleje nagy áttörést jelentett, előtte két-három alkalmazottal dolgoztunk, jelenleg 332 fő tartozik a régióhoz, közülük 47-en megváltozott munkaképességűek. Létrehoztunk egy átjárható támogató rendszert, a tevékenységünk kiterjedt a családok irányába is. Az önkormányzat pedig felismerte, hogy a civileknek is vannak olyan erőforrásai, amelyeket ha ők jól irányítva használnak, akkor meg



Szerző: Zoljánszky Alexandra / Fotó: Marcali Gábor

Nem elég az együtt szenvedés, ALELKI JELENLÉT

tudják erősíteni a település szociális ellátórendszerét.

A tevékenységük másik meghatározó eleme a katasztrófák idején való segítségnyújtás. Ezeket a helyzeteket miként élik meg?

Együttműködünk a katasztrófavédelemmel árvizek alkalmával, tömegbaleseteknél, és megéltünk vörösiszap-ömlést, hóhelyzetet és migránsválságot is. Két éve nincs katasztrófa. Vészhelyzetben nagyon sok önkéntes is csatlakozik hozzánk, őket jól kell koordinálni, hogy kvalitásaik szerint cselekedhessenek és érezzék, milyen fontos a segítségük. A nehéz helyzetekben a mi csapatunk is megerősödik. Bizton állítom, hogy a katasztrófa a legnagyobb közösségerősítő és -építő helyzet.

A régióban ma mik a fő problémák?

Fókuszálnunk kell az egyedül maradt idősekre, társadalmi összefogás szükséges, hogy észrevegyük, akinek szüksége van másokra. Én is látom őket nap mint nap. Például egy néni délután négy és öt között egyedül sétál és nézi, ahogy az óvodások jönnek ki a szüleikkel az óvodából.

Tudom, hogy az ő gyerekei és unokái távol vannak. A magány oldására és a generációk találkozásának elősegítésére számos jó kezdeményezés van a városnak, és a mi Családi körünk, Védőhálónk is ugyanezt szolgálja. Megváltozott a környezetünk, fontos felelősségünk lett a családi kohézió. Erre szeretnénk adekvát programokat megvalósítani, például indul a K.L.A.SZ. (Küzdelem–Lehetőség–Alternatíva–Szermentesség) projektünk, ami az ifjúságnak szól. Más szervezetekkel összefogva próbálunk a fiatalok körében jelen lévő alkohol- és drogproblémákra alternatívákat adni, a közösség, a kultúra, a tudomány erejével megmutatni, hogy lehet az életet másképp is élvezni.

Más módszerrel dolgoznak, mit a többi karitatív szervezet, ahogy mondta is: nem elég segíteni, a bajban lévő embereket kísérni kell. Ők nyitottak erre?

Ha alázattal, hitelesen tudjuk ezt tenni, és nem kérkedve, akkor megnyílnak felénk. Önkéntes rászoruló mindig van, viszont sokan méltóságból nem kérnek, a társadalom feladata, hogy erre felhívja a figyelmünket. Advent idején több mint tíz éve gyűj-

tünk a rászorulóknak, ez az akció jó mércéje annak, hogy milyen éppen Magyarországon az adományozási kultúra. Lehet, hogy súlyra és darabszámra kevesebb az adomány, de a minőség szemmel láthatóan javult. A jóléti embereknek fontos, hogy amit adnak, azzal ne alázzák meg a másikat. Egyre többeknek jut eszébe, hogy a háztartásban feleslegessé vált dolgokat valaki még tudná használni.

Miben lehetne még segíteni?

Szeretnénk jóérzésű főiskolásokat, egyetemistákat megszólítani, hogy tartsanak hátrányos helyzetű gyerekeknek nyelvi korrepetálást, hiszen vannak olyan diákok, ahol a háttérben ott a tudás, de nincs anyagi lehetőség, hogy különórákra járjanak, fizetős szakkörre, illetve csellengve tölthetik a délutánokat. Ebbe bekapcsolódhat a harmadik generáció is, a frissnyugdíjas pedagógusok.

Huszonöt éve dolgozik a Máltai-nál. Hogyan terelődött az útja az emberek szolgálata felé?

A Máltai a harmadik munkahelyem, a pályafutásomat a kaposvári kórházban kezdtem az idegsebészeti osztályon főnővérként. Férjhez men-

„Ezt nem lehet tanulni, szükséges egy olyan jóisten által adott lélek, ami iránymutatást ad, hogy mi a feladatunk. Ez a feladat pedig a Pro Urbe Győr elismerés átvételével megerősödött bennem” – mondta dr. Báthy Andrásné, aki huszonöt éve vezeti a Magyar Máltai Szeretetszolgálat Nyugat-Magyarországi Regionális Központját, márciusi nemzeti ünnepünk alkalmából pedig díjat vehetett át.



A FONTOS

tem és Győrbe költöztünk, az itteni kórházban folytattam az egészségügyi munkát, az anesztézián. Amikor megalkult a Málta győri szervezete, hívtak segíteni. '92-ben aztán felkért Jungi Csaba volt alpolgármester, hogy vállaltam el a helyi szervezet ügyes-bajos dolgainak menedzselését. Nagyon szerettem az egészségügyben dolgozni, de ez megváltozott a lányom születése után. Más szemmel néztem a dolgokat, sokszor szembesültünk nehéz helyzetekkel, főleg baleseteknél és műtéteknél, ami lelkieken mindig mélyen érintett. Bennem akkor még rengeteg erő, energia és ambíció volt, az anesztéziában pedig egyre több lett a gép, és egyre kevesebb lett a betegekkal a kapcsolat. Azt éreztem, hogy ennél sokkal többet kellene adnom, ezért jöttem át a szociális területre.

Az empátia mellé hegyeket megmozgató cselekvőkészség is társul. Hogyan alakulhatott ez ki önben?

Sokat meghatároz, hová születünk. Egyszerű, de szép gyerekkorom volt, szerető családban. Korán önálló lettem, minden tanulmányomat munka mellett végeztem, természetes volt, hogy ne várjam, hogy helyettem bárki

bármit megcsináljon, amíg azt én is meg tudom. Most sem szánhatnék ennyi időt másokra, ha nem lenne ilyen megértő családom. A lányom úgy nőtt fel, hogy vasárnaponként vittük a kis piros lábasban a híd alá a két hajléktalannak félretett ebédet. Ott volt velem ő és a férjem is önkéntesként, amikor szűrővizsgálatokat végeztünk vagy szendvicseket készítettünk. Sokszor a



lakásunk is átjáróház volt, mert az volt a bázis katasztrófavédelmi. Ezt nem lehet tanulni, szükséges egy olyan jóisten által adott lélek, ami iránymutatást ad, hogy mi a feladatunk.

Lélek és erő, hiszen amellet, hogy másokon segíteni lélekemelő, megterhelő is folyton a nehéz helyzetekkel szembesülni.

Talán még az egészségügyből hozom az irányt, hogy nem jó és nem elég az együtt szenvedés, a lelki jelenlét a fontos, ezáltal az erőnyújtás. Illetve fontos, hogy tudjunk pozitívak lenni. Először mindenkiben a jót keresem. Vannak és voltak csalódásaim, de a rossz események sorozatából ki kell szűrünk a jót, így tovább tudunk lépni, helyesen cselekedni és dönteni. Hiszen ha a problémát a jó oldalról fogom meg, akkor megtalálom a megoldást.

Kozma atya egy közelmúltban tartott misén azt mondta, annyit érnek a kapcsolataink, amennyi keresztest felveszünk egymásért.

Annyit szeretnék hozzátenni, hogy az életünkben két fontos pillanat van: amikor megszületünk, és amikor megtudjuk, hogy miért. Nekem a Pro Urbe díj azért fontos, mert most tudatosodott, hogy miért születtem. Végiggondoltam a 25 évet, és megerősödött bennem a hit, hogy érdemes segíteni másoknak. Ezt a visszaigazolást csak ritkán lehet a mindennapokban megkapni. A közelmúltban, a kerek évfordulóra a munkatársaim megleptek egy albummal, amibe mindenki írt valamit. Tudják, hogy rám mindig számíthatnak. Én is támaszkodhatom rájuk, számos eset volt, hogy éjjel jött a telefon, hogy menni kell másokon segíteni, legyen az árvíz, migránshelyzet vagy vörösiszap, a nap 24 órájában rendelkezésre álltak.

Van egyáltalán szabadideje?

Talán egyre több lesz, a segítők sokat le tudnak venni a vállamról. Egyébként nagyon szeretek sétálni, volt két balesetem, megsérült a gerincem, majd a nyakam is, szóval ezt újra kellett tanulnom, magam is megváltozott munkaképességű vagyok.

Fontos felelősségem, hogy amit itt az elmúlt 25 év alatt sikerült felépíteni, miként tudom az utókorak továbbadni, hogy megmaradjanak az értékek. A szervezetünknek szüksége van a fiatalos lendületre is, én pedig szeretnék a jövőben a digitalizált világ helyett az emberközelibb tevékenységnél maradni. Engem ez tölt fel.

Néhány napközis ÍGY MESÉLT Györgyi néniről

Fáradhatatlan, mert olyan munkája van, amit ő szeret csinálni, tiszta szívéből.

Ő olyan, mint az egyszerű hétköznapi ember „Teréz anyja”. Mindenkit szeret és mindenkinek segít szeretettel, munkával, beszélgetéssel, vagy csak meghallgatja őket.

Egy angyal berepült hozzánk, majd el is szállt, észre se vesszük, hogy mindenkivel törődik, az olyan emberekkel, akik mások, egy kicsit különlegesek.

Munkamániás, egyszerre sok dolgon jár az esze és több dolgot csinál, érdekes ember.

Megszámlálhatatlan sokat megy. Sokat utazik, klassz helyekre jut el. Lehet tudni persze, hogy nem mindig klassz hely, ahová megy.

Hétköznapi arany pillanatai: ilyen például, ha egy különleges emberrel találkozok. Én is különleges lánynak tartom magam, pedig fogyatékkal élő vagyok, de amikor első alkalommal találkoztam dr. Báthy Andrásnéval, az egy arany pillanat volt.

Imádja a munkáját, ő egy különleges ember.

Segít mindenkinek és sok segítőtje van.

S végül néhány sor a munkatársaitól, a 25. évfordulóra:

„Katasztrófavédelem Velel meg sem kottyán, / tűzbe is bemelegyünk, ha segítség kell, nyomban. / Köszöntünk Téged most, „boldog születésnapot”, / jó egészséget, örömet, vidám évfordulót!”

Kányai Róbert, az EESZI igazgatója a Győr+ Televízió Konkrét című műsorában kifejtette, az Age-friendly Region, azaz Idősbarát Régió elnevezésű pályázat az INTERREG V-A Ausztria-Magyarország ATHU012 projekt keretén belül valósul meg azzal a fő céllal, hogy javítsa az érintett régiókban élő idős emberek életminőségét. Erre az intézkedésre a demográfiai

változások miatt nagy szükség van, ugyanis egyre nagyobb feladat hárul az egészségügyi és szociális ellátórendszerre – világított rá Kányai Róbert. Hozzátette, ezt ismerte fel a pályázati együttműködést koordináló osztrák partner is, aki 2015-ben kereste meg az EESZI-t ötletével, a győri intézmény azonnal csatlakozott a kezdeményezéshez, amelyhez ké-

sőbb a szombathelyi Pálos Károly Szociális Szolgáltató Központ és Gyermekjóléti Szolgálat és a Zalaegerszegi Gondozási Központ is társult.

Az igazgató hangsúlyozta, bár az egészségügyi és szociális ellátási rendszerek működésében vannak különbségek, a probléma közös: az idősök számarányának folyamatos növekedése, a szociális szolgáltatásokra

való egyre magasabb számú jelentkezés, valamint az, hogy az idős emberek nehezen tudnak eligazodni az ellátórendszerben. A projekt legfontosabb innovációja, hogy bevezették az esetmenedzsmentet, így minden pályázatba bevont intézménynél rendelkezésre áll egy olyan professzionális szakember, aki segít eligazodni az idősöknek és családtagjaiknak az adott város ellátórendszerében. A szociális, illetve egészségügyi képesítésű személy felméri az idős állapotát, szükségleteit, hozzásegíti őt a szolgáltatásokhoz, végig is kíséri a folyamatot, s ha később szükséges, ismét beavatkozik.

Az intézmények már túl vannak egy éves modellezési időszakon, amelynek kiértékelése jelenleg zajlik. Kányai Róbert beszámolt arról, hogy hamar megtalálták a győri esetmenedzsment, aki maximálisan ellátja azokat a feladatokat, amelyeket a pályázat célul tűzött ki. Az együttműködő intézmények segítségével sikerült kiépíteni egy jól működő hálózati rendszert, amely még hatékonyabbá teszi a munkát. A tapasztalatok azt mutatják, van igény a szolgáltatásra, leginkább a nyolcvan év feletti, egyedül élő idősök vették igénybe az új típusú segítséget. (x)

Az Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézmény Győr (EESZI) dolgozói rengeteget tesznek az idősekért, ezt mutatja többek között az a határon átnyúló együttműködés is, amely közel két éve indult.



SEGÍTŐ KÉZ az időseknek

Fotó: olly/Shutterstock.com



Huszka Jenő, Bakonyi Károly és Martos Ferenc Bob herceg című, első magyarul írott operettjét 1902-ben mutatták be, sikere azóta töretlen. Bob úrfi, az álruhás trónörökös lehozza a csillagokat az égről, még London népét is felláztatja, hogy szerelmét megkaphassa. A népmesei fordulatokra épülő bájos mesében kiderül, az igaz szerelem valóban képes-e minden akadályt legyőzni.

Radó Denise rendező szerint a mese nagyon kell az életünknek – a felnőtteknek is –, hogy a lelkünk kicsit felszabadulhasson, hiszen mindannyian küzdünk a szürke hétköznappal. Igazi feltöltődés, ellazulás néhány órára egy más világba, a mesék birodalmába kerülni, a gyönyörű muzsikák pedig könnyítik a lelket.

A rendező a Győr+ Televízió Kulisszák mögött című műsorában hozzátette, a hatás eléréséhez csodás énekesek, színészek segítik a nézőket, valamint a rendezés, a díszlet és a jelmezek is azt szolgálják, hogy álomvilágba jusson a közönség. „A gyémánt önmagában nem elég, akkor látjuk, milyen csodálatos ékszer, ha a foglalat is megfelelő” – nyomatékosította Radó Denise, aki sze-

„A gyémántot sokszor akkor látjuk igazán csodálatos ékszernek, ha a foglalat is finoman és pontosan ki-munkált” – mondta Radó Denise Jászai Mari-díjas színésznő, rendező, szinkronszínész annak kapcsán, hogyan álmodták színpadra a Bob herceg című operettet, melyet múlt szombaton mutattak be a Győri Nemzeti Színházban.

Szerző: Szigethy Teodóra
Fotó: Orosz Sándor

MESE DALLAI



rint minden apró részletre oda kell figyelni egy darab színpadra állításánál. Ebben a győri munkatársak maximálisan partnerek voltak, mondta.

A színész-rendezőnek nem ez az első munkája Győrben, tavaly ősszel már dolgozott együtt a társulattal a Kortársjátékon, és ő nyerte el a Legjobb rendező díjat, s mint fogalmazott, felüd-

lés volt ismét közösen alkotni. „Nagyon jó a társaság, csupa fantasztikus tehetséggel, egyéniséggel” – sorolta Radó Denise, majd hozzátette, itt mindenki teljes erőbedobással végzi a munkáját. Egy hasonlattal élve rámutatott, a csipke minden egyes motívuma, cirádája fontos, hogy a végén azt mondhassuk, hogy a terítő tökéletes.

És hogy miért angolos környezetbe illesztették a történetet, Radó Denise elárulta: talán azért, hogy a más közegbe helyezett mondanivaló jobban magával ragadja a nézők fantáziáját. Benne van a levegőben, hogy ez akár velünk is megtörténhet, no de mégis ott a jelzés, hogy ez egy álomvilág.

Bágyi Balázs' New Quartet und der Trompetenkünstler **Li Xiaochuan** treten am 24. April um 19 Uhr im Rómer Ház (Teleki L. u. 21.), im Rahmen des Rómer JazzKlub auf.

Der Győri Tiergarten erwartet seine Besucher mit neuem Haupteingang, neuer Zooshow und der Veranstaltung KalandoZoo. An Ostersonntag, den 22. April werden die Familien mit einem witzigen Programm, lustigen Abenteuern, Tiervorstellungen, Osterspielen, Spielhaus und Handarbeitsbeschäftigungen unterhalten.



Der Bildende Künstler Szalkai Károly präsentiert eine Auswahl seines 20-jährigen Schaffens anhand von dreissig Gemälden in der Sammlung „Die Freude des Seins“ im Győri Esterházy-Palast. Die Ausstellung ist unter der Adresse Király u. 17. bis zum 19. Mai, täglich ausser montags von 10 bis 18 Uhr zu sehen.



Audi
Hungaria



PROGRAMMangebot

A rovatot az Audi Hungaria Zrt. támogatja

Das Győri Burg-Kasamatten-Lapidarium (Bécsi kapu tér 5.) ist ab 19. April erneut geöffnet, dies täglich ausser montags von 10 bis 18 Uhr. Im Lapidarium gibt es Ausgrabungsmaterial aus der Römerzeit und der Neuzeit, sowie die Ziegelsteinsammlung von Horváth József zu sehen.



Ruppert Istváns Orgelkonzert in der Szentlélek Kirche (Szentlélek tér 1.) am 21. April ab 16 Uhr, wo J. S. Bachs Orgelwerke zur Fasten- und Osterzeit erklingen.

ÖT TEMPLOM FESZTIVÁL



GYŐR-ÚJVÁROS



MÁJUS 9-13.

A Doros Énekegyüttes (RU) és a Szent Efrém Férfikar koncertje



Időpont: 2019. május 2. 19 óra

Helyszín: Evangélikus Öregtemplom (Győr, Petőfi tér 2.)

Jegyár: 3900 Ft / 2900 Ft / 1500 Ft

Öt Templom Fesztivál • 2019. május 9-13.

Részletes program és bővebb információ:

ottemplom.hu • info@ottemplom.hu • +36 20/361 2151

JEGYVÁSÁRLÁSI LEHETŐSÉGEK:

Április 24-től a Rát Mátyás téri irodánkban és a Látogatóközpontban.

Online jegyvásárlás: <https://tixa.hu>



Ruppert István orgonahangversenyt tart a Szentlélek-templomban április 21-én 16 órától, ahol J. S. Bach nagybőjthöz és a húsvéhoz kapcsolódó orgonaművei csendülnek fel.



Az Egészség-piac a Likócsi Községi Házban (Esztergető u. 12.) folytatódik április 27-én 9 és 13 óra között, valamint a Kovács Margit-iskolában (Répcse u. 2.) 10 és 13.30 között. Az érdeklődők a szűrővizsgálatok mellett tanácsadásokon és életmódprogramokon is részt vehetnek.



Családi nap lesz április 28-án 10–14 óráig a Salamon teremben (Tihanyi Á. út 23.). Programok: Füzi Rozi meséi, családi fotózás, arcfestés, kézműves foglalkozások, lufitaposás, sorversenyek, családi programok, gyereklabirintus-avatás. A belépés díjtan.

PROGRAM AJÁNLÓ

Összeállította: Földvári Gabriella



A Bágyi Balázs New Quartet és Li Xiaochuan trombitaművész lép fel április 24-én 19 órától a Rómer Házban (Teleki L. utca 21.) a Rómer JazzKlub keretében. (x)



Szépszábo Marine (bráncsaművész) és Szépszábo Krisztián (harsonaművész), a Győri Filharmonikus Zenekar magyar-japán művész házaspárja lesz a vendége a Japán klubnak (Herman O. u. 22.) április 25-én 17 órától.

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

Közeledik az idei Szentiváni Fesztivál, amikor a színpadon a nemzetközi sztárvendég mellett a hazai könnyűzenei élet krémje lép színpadra. Az EDDA Műveket már régi ismerősként köszönhetik a szentivániak, akik mostanra is igazi fergeteges rockhangulatot ígérnek.

Az EDDA Művek hihetetlen története már az 1970-es évektől tart, népszerűségük töretlen, s napjainkban is rengetegen kíváncsiak egy-egy koncertjükre.

„Egy biztos, azt nem lehet mondani, hogy ezt meg lehet szokni, az ember egyszerűen csak érzékeli és felfogja” – kezdte a zenekar frontembere, Pataky Attila. „Mindent megpróbálunk megtenni azért, hogy a legjobban viszonyozzuk a felénk áradó szeretetet. Én mint énekes és szövegíró folyamatosan tanulom, hogy egyre jobban sáfárkodjak ezzel a fantasztikus lehetőséggel. Azzal, hogy 45 éve a színpad elején lehetek és énekelhetek, óriási áldás. Újra és újra felfedezzük és átéljük ezt a csodát.”

Nincs kicsi vagy nagy buli, csak BULI van!



Pataky Attila éppen ezért igyekszik egyre jobban a mában élni, ám ahogy hangsúlyozta: ez közel sem jelent egyet a carpe diemmel. Hitvallása szerint a pillanatokat kell megragadni, le kell halolni a mindennapok pillanattorzásaiért is. Ezekből a pillanatokból érdemes egy szép jövőt összerakni, a múlton ugyanis csak füstölni lehet.

„Minden egyes fellépésre fizikálisan és lelkileg is fel kell készülni! A srácok így 45 év után is gyakorolnak. Ezzel is megtiszteljük az EDDA-tábort, hiszen mi mindig nagyon odapokoljuk magunkat. Nincs kis buli vagy nagy buli, csak buli van! Szentivánra is vészett jó formában érkezünk, ezt garantálom! Hozunk magunkkal egy-két új extrát is. Például néhány dalt elvarázsolunk, s heavy metal-köntösben szólalnak majd meg.”

Attila egyébként azt is elmesélte, hogy folyamatosan figyeli a közönséget, és bizony, ha egy szép szemű lány kéri, hogy nyomják el az Érzést, akkor boldogan eltérnek az előre eltervezett műsortól. Hiszen ahogy korábban is fogalmazott: a pillanatok megélése az élet egyik legfontosabbja. (x)

Színvonalas szakmai programsorozat és csaknem félszáz, kreatív fejlesztéseket, termékeket bemutató kiállító várta az érdeklődőket a X. Nyugat-dunántúli Regionális Innovációs Kiállításon és Találmányi Vásáron. A szakmai díjat a Willisits Mérnökiroda Kft. kapta az E-Bambini fejlesztéséért, közönségszíjas pedig a Darnó Hús lett.



Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

SZÉCHENYI 2020

Az igazi innovátorok DNS-e A TALÁL MÁNYI VÁSÁRON

A kiállítással párhuzamosan színvonalas előadásokat és tartalmas kerekasztal-beszélgetéseket hallgathattak meg az érdeklődők, valamint workshop résztvevői is lehettek. Várnagy Priscilla (Be-novative) az innovátor DNS-ét vázolta fel. A sikeres innovátor elegendő időt tölt a felfedező fázisban, észreveszi a kihívásokat, kérdez, hálózatot épít, asszociál, és kis lépésekben kísérletezik. A jó ötletet átfogalmazza kihívássá, és átgondolja, kiket tud bevonni a folyamatba, hogy új nézőpontokat, megközelítéseket integráljon.

Az első kerekasztal-beszélgetésen olyan gyakorló szakemberek vettek részt, akik már innoválnak. Süle-Farkas Viktória (Audi) elmondta, hogy munkatársaik online felületen jelezhetik javaslataikat. Kardos Lajos (Szingtízis-

Net) szerint nem történhet rosszabb dolog egy ötlettel annál, ha nem osztjuk meg másokkal. Kónya János (Dent-Art-Technik) hangsúlyozta, hogy mindig nyitva kell hagyni az ajtót a munkatársak előtt. Dr. Kovács Péter (Darnó Hús) szerint az innováció a vállalkozás bölcsője, motorja és jövője.

A panelbeszélgetést követően Lévai Katalin (Human Telex Consulting) és dr. Kovács Attila (Knorr-Bremse) az együttműködésükkel létrejött innovációs maratont tapasztalatait osztották meg a hallgatósággal. Ferenczi Katalint (Ferenczi Fémipari Kft.), Willisits Vilmost (Willisits Mérnökiroda Kft.) és Gudra

Gábrit (Arrabona Racing Team) arról kérdezte dr. Dőry Tibor, a Vezetéstudományi és Szervezeti Kommunikáció Tanácsk vezetője, hogyan lehet jobban bevonni a fiatalokat az innovációba. Közben negyvenkét kiállító standját járhatták végig a vendégek. A közönségszíjas idén is a Darnó Hús nyerte el, a szakmai díjat pedig Willisits Vilmos, a Willisits Mérnökiroda Kft. vezetője vehette át Tóth Esztertől, az Universitas-Győr Non-profit Kft. ügyvezetőjétől és dr. Dőry Tibortól az E-Bambini fejlesztéséért.

A kiállítás az Universitas-Győr Alapítvány, a Győr-Moson-Sopron Megyei Kereskedelmi és Iparkamara, valamint a Mobilis Interaktív Kiállítási Központ partnerségével, illetve az EFOP-3.4.4-16-2017-00011 projekt támogatásával valósulhatott meg. (x)



Willisits Vilmos vette át a szakmai díjat Tóth Esztertől és dr. Dőry Tibortól

Az idei Széchenyi Egyetemi Napokról sem hiányozhatott a SZE-Hero, melynek során a győri katonák által épített akadályokat kellett leküzdenie a nevezőknek.

Ősszel már tartottak egy, a mostanihoz hasonló akadályversenyt, csak akkor az apropót az Egyetemi Sport Nemzetközi Napja adta. Most pedig

a SZEN sportos programjai közé illeszkedett az erőnlétet, kitartást és sokszor alázatos feladat-végrehajtást is igénylő próba. A magas minőség-

ről a győri kiképző század katonái is gondoskodtak.

Kedd délutánra az idő is megkönyörlött a résztvevőkön, akik verőfényes napsütésben teljesíthették a kiszabott feladatokat. A fizikai kihívás pályája 15 állomásból állt, a katonák sokat dolgoztak az előkészületeken. Egyébként visszatérő vendégei már az egyetemi rendezvényeknek, nem véletlenül:

régóta jó kapcsolatot ápolnak a felsőoktatási intézménnyel. Az összesen 15 akadályból a katonák most 6 pontot állítottak fel, a résztvevők így találkozhattak paintballfegyverrel való célba lövéssel, raklapokból épített, megmászásra váró akadályokkal, kúszópályával és homokkal töltött láda és zsák cipelésével is. Ha valakinek nem sikerült teljesíteni, annyira nem kellett elkeserednie, amolyan katonásan válthatta ki magát: fiúknak 20, lányoknak 10 guggolás volt a büntetés, amiket zokszó nélkül lenyomott mindenki, akinek gondolai akadtak a célzással.

Szemmel látható volt a fiatalokon a fáradtság, de igyekeztek minden akadályt sikerrel venni, s erőn felül teljesíteni. Mindenki sikerrel fejezte be az erőpróbát, ki jobb, ki kissé gyengébb idővel.

Az indulók között egyébként többen is voltak, akik nemcsak az egyetemi eseményeken találkoznak a katonákkal, hanem kiképzés keretén belül is. Ők azok, akik már a Bátorok útját választották, és csatlakoztak az önkéntes területvédelmi tartalékos (ÖTT) katonák állományába, ahová várnak mindenkit, aki szeretne csatlakozni egy értéket, hazaszeretetet és bajtársiasságot képviselő csapathoz.



Igazi erőpróba volt a katonás
SZEHero!

Szerző: Havassy Anna Katalin

Megérkezett a várva várt tavasz, a nappalok sokkal hosszabbak, mindenütt hallhatunk márcsicsergést, amitől a hangulatunk is egyre jobb. A melengető napsugaraknak köszönhetően egyre több energiánk van, mondhatjuk azt is, felébredtünk a téli álomból. Ezért ez az időszak tökéletes lehet arra, hogy – mert a természet is megújul – mi is kicsit jobban odafigyeljünk magunkra és az egészségünkre.

A tél már véget ért és érezhetjük a levegőben a tavasz illatát. Ilyenkor napról napra energikusabbak vagyunk, talán már neki is álltunk a tavaszi nagytakarításnak, megkezdtük a ház körüli teendőket, és tervezgetjük a várható utazásokat, kirándulásokat. Mielőtt azonban teljes mértékben átadnánk magunkat a tavasz örömteli zsongásának, ér-

demes magunkra és az egészségünkre is elegendő időt szánni. Fontos, hogy a nők a szépségük mellett az egészségükkel egyaránt foglalkozzanak, ezért összegyűjtöttünk néhány olyan tippet, amelyekkel hozzájárulhatunk az egészségünk megóvásához.

Kezdjük el mozogni, amelynek köszönhetően még energikusabban

és fittebben tudunk nekivágni az évszaknak. Hetente öt, akár 30 perces mozgással már nagymértékben hozzájárulhatunk az egészségünk megőrzéséhez.

Igaz még várnunk kell a hazai idényzöldségekre és gyümölcsökre, de addig is törekedjünk arra, hogy a télen többször fogyasztott ne-

héz, zsíros ételek helyett inkább a könnyebb, egészségesebb fogásokat részesítsük előnyben. Próbáljunk ki új recepteket, iktassunk étrendünkbe több kalóriacsökkentett fogást. Ilyenkor érdemes akár egy többna-

Hölgyvilág

Szerkeszti: Szabó Csilla

Napról napra
energikusabbak
lehetünk

Egészség és szépség

A TAVASZ energiabomba A TESTÜNKNEK

Szerző: Szabó Csilla
Fotó: Pixabay

pos tisztítókúrát is elvégeznünk, hogy a felgyülemlett mérgeanyagokat eltávolítsuk szervezetünkéből. Mielőtt azonban ebbe belekezdenénk, mindenképp egyeztessünk egy szakértővel, mert sokszor több kárt okozhatunk vele, mint hasznot.

Ez az átmeneti időszak tökéletes lehet arra, hogy részt vegyünk az éves szűrővizsgálatokon: kérjünk háziorvosunktól időpontot laborvizsgálatra, nézessük meg vérnyomásunkat, jelentkezzünk be nőgyógyászkhoz az éves rákszűrésre, keressük fel fogorvosunkat és menjünk el bőrgyógyászhoz anyajegyszűrésre. Az éves szűrővizsgálatokon kívül figyeljük a szervezetünk jelzéseit, és ha bármilyen panaszunk van, időben forduljunk orvoshoz.

A pihenésről most sem szabad megfeledkeznünk. Próbáljunk meg naponta 7-8 órát aludni, hogy a szervezetünknek is legyen ideje regenerálódni és feltöltődni. Ne tévesszen meg minket az enyhe idő, a tavasz, főleg az április és május nagyon szeszélyes is tud lenni, ezért figyeljünk a réteges öltözködésre, amellyel megelőzhetjük a tavaszi meg- és felfázást. Az elegendő folyadékbevitelre is ügyeljünk, mert a szomjazó test fáradtságérzést okoz, így hiába várjuk az energiabombát szervezetünkben.

A házasság a leghatékonyabb eszköz arra, hogy pokollá tegyünk a házastársunk életét. De miért is ne élhetnénk inkább boldogan? Csak meg kell találni az igazit, a nekünk legjobban megfelelő embert, akivel aztán a legszebb pillanatokot élhetjük át életünk során. Végh József pszichológus szerint a párválasztásban mindenki a maga boldogságának lehet a kovácsa.

ÁDÁM KERESI ÉVÁT

Szerző: Szabó Csilla

Fotó: giulia186/Shutterstock.com

Mennyire megbízható előjele a szerelem a boldog házasságnak? A szerelem vak, nem mindig azt látjuk a szerelmünkben, ami a valóság, a pszichológia nyelvén szólva, a szerelmek tudata beszűkül, és nem tudják objektíven látni a másik szerethető és nem annyira előnyös tulajdonságait. Aztán később, már a házasságkötés után csak annyit tudnak mondani: „Én nem is ezzel az emberrel kötöttem össze az életemet.” Végh József szerint a könyvekben és filmekben romantikus mázban vetítik elének a házasságkötésig tartó utat, pedig a valóságban boldogságunk titkát nem a másik emberben, hanem saját gondolkodásunk érettségében, értékrendszerünkben és önismeretünkben találjuk meg. A házasságkötések fele válással végződik, pedig ennek nem kellene bekövetkeznie, ha jól választanánk meg leendő feleségünket vagy férjünket. Ádám azt az Évát vezethetné az oltárhoz, akivel egy életen át, jobban-rosszban együtt maradva, egy-

mást erősítve és egymást kiegészítve, szeretetben élnének boldog és hosszú házasságban, ahogy az anyakönyvvezető előtt meg is fogadják.

Mi is kell a jó párválasztáshoz? Nagy jelentőségű döntés előtt áll a férfi és a nő. Ahogy például egy orvos is sok-sok évig tanul, hogy műtétet végezhesen, ugyanúgy a házasságra felkészülés is tanulást, önismeretet, érzelmi intelligenciát követel mindkét féltől. Óriási felelősség meghozni egy döntést, amely jó esetben tényleg egy életre szól. A szerelem rózsaszín ködén át is kell látnunk, ezért segít mindkét félnek, ha adnak maguknak időt arra, hogy a szerelem lángjai kissé takarékra is álljanak.

Mire figyeljen a férfi és mire a nő egy kapcsolatban ahhoz, hogy bátran vállalja a házasságot a másikkal? A pszichológus szerint minden férfi olyan feleséget válasszon, aki segíti őt abban, hogy szüleivel, különösképpen édesanyjával, szeretetteljes kapcsolatot tarthasson fenn. Egyszerűen szól-

va, a férfi édesanyja fia mellé kap-e egy lányt is vagy elveszíti a fiát. Nagyon áruklódó tud lenni azonban egy nő számára, hogyan viselkedik jövődöbelije a saját édesanyjával. Apró jelekből olvashatók előre a házasságban majd felmerülő problémák. A „Nézd meg az anyját, vedd el a lányát!” mondat kiegészíthetnénk a „Nézd meg az anyját, vedd el a fiát!” mondással.

Végh József szerint Ádám rátermett Évára, Éva céltudatos Ádámra vágyik. Tehát egy férfinak fel kell ismernie, mennyire gyakorlatias a választottja, jól működő vagy diszfunkcionális családot fognak-e alkotni, ha gyermekeik születnek, a nő a házasság ráeső feladatait jól fogja-e megoldani. Nem árt meggyőződni arról is, hogyan viselkedik a férfi és a nő váratlan helyzetekben. Sokat elárul a másiktól, vajon a valódi arcukat mutatták egymásnak, vagy csak szerepet játszottak. Ugyanígy fel kell tudnia mérni a nőnek is, hogy a jövődöbelije csak élvezeteket szeretne



Fotó: Pixabay

vagy komoly szándékai vannak-e, és mennyire inspiráló a jelenléte, mennyire vannak céljai a jövőt illetően.

Felmérések bizonyítják, hogy a hölgyek házasság előtt nyolcszor többet mosolyognak, mint utána, tudnak megnyerők lenni, hogy a férfi szerelmét elnyerjék, megtartásák, odaadják magukat neki. Ahogy a férfiak is hamar megtanulják, hogyan ébreszték fel a nő vonzalmát, hogyan mutatassanak szerelmet a testi örömeikért. Később sok csalódás és boldogtalanság oka lehet a házasság előtti

szerelmet szexért, szexet szerelemért játszma. Segíthet a jó párválasztásban, ha mindkét félnek van alkalma egy őszinte beszélgetésre az „előéletük” megismerésére, mert egy újabb mondással szólva: „Kutyából nem lesz szalonna.”

A bibliai Ádám szép Évára vágyik, de nem árt tudni, hogy a szépség számára nemcsak a külsőt jelenti, hanem egy olyan nőt szeretne magamellé, aki nemesíti őt a házasságban.

Nem a férfiasságát lenyomva, kettőtörve, hanem mellette állva, segítve, finomítva férje személyiségét. Ahogy a nőnek szüksége van a biztonságot nyújtó, szerető férjre, úgy a férfinak is az őt kiegészítő, nemesítő nőre.

A pszichológus szerint a házassághoz a közös világnézet és értékítélet elengedhetetlen. Mindkét félnek fel kell tennie magában a kérdést, hogy a szó nemes értelmében szabad vagyok-e, egyenlők vagyunk-e a kapcsolatunkban, és ha nem, leges a magunknak őszintén adott válasza, legyen bátorságunk

még a házasság előtt szakítani. Mielőtt elszánnánk magunkat a házasságkötésre, tapasztalatot kell szereznünk, hogy boldog, egymást kölcsönösen támogató együttélés vár-e ránk, vagy vitákkal és szenvedéssel terhelt lesz-e kapcsolatunk az igen kimondása után. A házasság sikerét nagymértékben befolyásoló, legfontosabb kérdésekre válaszolva döntünk a közös vagy a külön útról.



Így készíthetjük fel A KERTET a nyári partikra

Szerző: Szabó Csilla

A kerti parti-szezon előtt még van néhány teendő: fel kell készíteni a kertet a nyárra. Elsőként nézzük meg a grillsütőt, ha szükséges, takarítsuk. A rácsot nem ajánlatos elmosni mosószerrel, a legjobb tisztító eszköz a tűz: fertőtleníti és tisztít is. A kihűlt grillrácsot egy kefével alaposan dörzsöljük át!

Tegyük egy sétát a kertben: nézzük meg, hol kell megigazítani a virágágyást, kicserélni egy-egy követ. A kerti szerszámokat nézzük át, ne a takarítással, pótlással kelljen kezdeni a munkát.

Vegyük elő a kerti bútorokat: a párnákat mossuk ki, a székeket, asztalt takarítsuk le! Kerítsünk asztalterítőket, és állítsuk össze a kinti étkezésekhez az étkezéshez, tányérokat. Ha kerti partit tartunk, figyeljünk arra, hogy a kényelmes fogyasztáshoz elegendő asztal és szék álljon az érkezők rendelkezésére. Színes párnák, szőnyegek, plédek segítenek, hogy akár a fűben is elheveredjünk.

A grill közelében állítsunk fel egy szemetest, vagy helyezzünk a közelébe szemetesszákot, hogy egyértelmű legyen, hová kell dobni a hulladékot. Egy szépen feldíszített asztal virágcsokorral nagyon sokat hozzátehet a kinti élményhez. Az önkiszolgáló asztalkára pedig helyezzük a poharakat, innivalókat és a szükséges terítékhöz mindenből még egy-két darabot. Az italok hűtéséről is gondoskodjunk.

Vásároljunk kerti lámpákat, vagy készítsünk befőttesüvegből mécses-tartókat. Nézzük meg, hogy van-e elegendő mécsesünk, gyertyánk ott-hon! A szúnyogriasztókról sem szabad megfeledkeznünk, mindent elronthatnak az apró vérszívók.

Ha gyerekek vannak a családban, rendezzünk be nekik kertmozit vagy készítsük ki előre a játékokat, vizsgáljuk meg, megvannak-e a tartozékok, nincs eltört vagy balesetveszélyt okozó játékelem. Babzsákot vagy plédet és párnákat is készíthetünk az apróságoknak, de akár egy kis sátor is feldobja a hangulatot, ahogy a léggömbök és személyre szóló szívószálak, poharak vagy ültetési kártyák.

A tojás nagyon sokoldalúan elkészíthető, süthetjük, főzhetjük, használható süteményekben, de ezenkívül még számos dologra felhasználható a sárgája, a fehérje és a tojáshéj is.

TOJÁS újrahasznosítva



A tojássárgája és a -fehérje is remek arcápoló, mert tele van vitaminnal. Száraz bőrre a tojássárgáját ajánlják a szakértők elsősorban, zsíros bőrre pedig a tojáshéj a megfelelőbb. Bármelyiket is használjuk, érdemes kis mézzel és citrommal elkeverni, úgy felkenni a bőrre. Fél óra elegendő ahhoz, hogy kifejtse hatását.

A tojáshéj ragasztóként is felhasználható, például ha sütőpapírból készítenek mécsest a nyár végéig, ősz eleji kerti partikra, ezzel is ragaszthatjuk. A tojás héja nagyon

jó komposzt, mert kalciumban gazdag, a kalciumra pedig szükségük van a növényeknek. Apróra kell zúzni, majd belekeverni a komposztba.

A tojás főzővizét, miután kihűlt, ne öntsük ki, hanem használjuk öntözésre, de csak abban az esetben, ha nem tettünk bele túl sok sót. A tojás héjában nevelhetünk palántákat: egy-egy fél tojáshéjba tegyünk földet, és abban ültessük el a magot. A héjakat tegyük bele a papír tojástartóba, így nem borul ki belőlük a föld.



MEGOLDÁS KFT
1994

MI

TÖBB MINT
20 ÉVE ÁLLJUK
A SZAVUNKAT!

✓ 0 FT-ÉRT ADJUK A RIASZTÓRENDSZERT!
✓ ODAÉRÜNK, HA BAJ VAN!
✓ TESSZÜK A DOLGUNKAT!

Ügyfeleinknél 2018-ban NEM TÖRTÉNT
vagyon elleni bűncselekmény.

MEGOLDÁS SECURITY
Több mint 20 éve az Önök szolgálatában
Győr, Liezen-Mayer u. 4.
Tel.: (96) 517 939
www.megoldassecurity.hu

Komplett 0 Ft

riasztórendszer

TÁVFELÜGYELET
már csak nettó
3000 Ft-tól¹

**ÉLETTARTAM
GARANCIÁVAL²**

1: Részletekről érdeklődjön kollégáinknál. 2: központra, kezelőre, kommunikátorra.

„Az Alzheimer-kór nem gyógyítható, nem visszafordítható, de a súlyos tünetek jelentkezése időben kitolható, a leépülés éveken át lassítható. Sajnos ha egy családban demens beteggel szembeesünk, a családtagok sok esetben hátrítani kezdenek az elfogadás helyett” – fogalmazott az ötödik évforduló alkalmából szervezett konferencián dr. Somogyi Tivadar alpolgármester. Hozzátette, ezért fontos az orvosi és a szociális segítség mellett a szemléletformálás is, amelyben jelentős szerepet játszik az önkéntesek által felkarolt kezdeményezés.

Az első Alzheimer Cafét 1997-ben Hollandiában hozták létre, az elnevezés onnan ered, hogy gyakran kávézó adott helyszínt a találkozók számára. A világ nagyobb részén kisebb településeken is megszokottak az Alzheimer Cafék, van, ahol persze demencia cafénak, memory cafénak nevezik ezeket. A cél a betegség természetes elfogadása, hogy a betegek és családtagjaik együttérzést kapjanak kirekesztés helyett. Az első

magyarországi Alzheimer Cafét Győrben hozták létre, amelynek jó híre országsszerte több szakembert és laikust is arra ösztönzött, hogy önkéntesként ajánlja fel segítségét és szervezzék a saját lakhelyén Alzheimer Cafét. Házi orvosok, pszichiáterek, egészségügyi és szociális szférában dolgozó szakemberek, és a betegségben érintett hozzátartozók is csatlakoztak a mozgalomhoz.

A győri megalakulás után, hónapok alatt egyre több Alzheimer Café alakult meg, a győri alapelveket követve. A Katolikus Szeretetszolgálat is felkarolta a kezdeményezést, aminek eredményeként országos mozgalom indult, s ma már ötvennél több Alzheimer Café működik az országban. A győri kezdeményezésnek köszönhetően indult meg a Katolikus Szeretetszolgálat INDA programja, amely városunkban jelenleg is fut. „Ezért határoztuk el, hogy 2019-ben, a győri Alzheimer Café öt éves fennállása alkalmával nemzetközi találkozót szervezünk, melynek során a továbblé-

pés lehetőségeiről, országos hálózat hivatalos kiépítéséről alakítsunk ki állásfoglalást” – mondta el dr. Menyhárt Miklós főorvos, az első magyarországi Alzheimer Café szervezője.

„Idősbarát városként fontos feladatunk a demenciával élőkről való gondoskodás is, ezért is nyílt meg a Demencia Központ városunkban, ahol a demenciával élő személyek magasabb szintű ellátásával sok család számára tehetjük könnyebbé a mindennapokat. Itt nemcsak az időseknek, de a családtagoknak is nyújtunk különböző szolgáltatásokat” – hangsúlyozta dr. Somogyi Tivadar, aki kiemelte, az Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézmény (EESZI) révén a közelmúltban több mint háromszáz ápolót képeztek a demenciával élők ellátásával kapcsolatban. Az előadók egyetértettek abban, hogy a demencia és az Alzheimer-kór egy darabig egészségügyi kérdés, ezért is kiemelt jelentőségű, hogy a szintén győri kezdeményezésű Alapellátási Szabadegyetemen 19 alkalommal szerepelt témaként a demencia, ezáltal a házi orvosokat is fel tudták készíteni a betegség felismerésére. „Az ellátásban azonban nagy szerepe van a

szociális ágazatnak – ahogy Panker Mihály, a Humánpolitikai Főosztály vezetője fogalmazott – elsőként a nappali ellá-

Együttérzés a kirekesztés helyett

tás keretein belül, tehermentesítve a családtagokat, majd szükség esetén a bentlakásos intézményekben is.”

A konferencián dr. Horváth Ildikó, az Emberi Erőforrások Minisztérium idősügyi és nyugdíjbiztosítási főosztályának vezetője arról beszélt, hogy a várható élettartam egyre inkább kitolódik, nem mindegy, hogy milyen életminőségben éljük meg a hosszabb időskort. Mivel a demencia egyre több idős embert érint, komoly feladata van a témában az egészségügyi és szociális területnek. Mint mondta, a minisztériumon belül is több olyan anyag készül, amely ehhez a feladathoz ad muníciót.

A kávéfogyasztás bizonyítottan előnyös Alzheimer-kór esetén, ám ennél sokkal többet ad az Alzheimer Café, amelyet Magyarországon először Győrben hoztak létre, éppen öt éve. A győri kezdeményezés jó híre hamar elterjedt az országban.

Győrből indult a mozgalom, ma már
ötéves az Alzheimer Café

Szerző: Papp Zsolt / Fotó: O. Jakócs Péter

Április végén 12, a nyár közepén pedig további 10 vak és gyengénlátó személy kap megyénkben egy iPhone 7-est. A segítség a készüléknél sokkal több: egy kapcsolat, a távszem, aki a távolból válaszol olyan kérdésekre, amikre egy vak ember egyedül nem tudna.

A LÁTÁSSÉRÜLT HELYETT LÁT a segítő szem

Szerző: Szigethy Teodóra / Fotó: MVGYOSZ

letölthető lesz). Az MVGYOSZ tagegyesületeinek 800 tagja okostelefonhoz is juthat majd a program támogatásával. A projekt munkatársai márciusban Győrben tartottak tájékoztatást a részletekről, ahol Németh Orsolya, a társadalmi kapcsolatok referense elmondta, a Vakok és Gyengénlátók Győr-Moson-Sopron Megyei Egyesületéhez két részletben összesen 22 iPhone-t juttatnak, amik sorsáról a helyi elnökség dönt.

A Távszem alkalmazás a telefon segítségével kapcsolja össze a vak vagy gyengénlátó felhasználót az ép látású operátorral, aki a távolból, a látássérült személy okoseszközének kamerája segítségével lát majd helyette és segíti a számára szükséges információk megszerzését.

Az operátor például olyan hétköznapi, egy ép látású ember számára evidens kérdésben segít, amiben egy vak vagy erősen gyengén látó személy egyedül nem tudna dönteni. Három konzerv közül vajon melyik a kukorica, a bab és a borsó? A harisnyám fekete, de vajon szívecskés vagy pöttyös? Milyen színű nyakkendő illik egy halványkék inghez? Mikor jár le a felvágott? Mit mutat a villanyóra? Mit írnak a postai értesítőn? A színfelismerő megmondja,

hogy fekete a harisnya, de egy temetésre mégsem lehet elmenni olyanban, amin apró piros szívecskék vannak. Ugyanígy fel lehet ismerni egy ing és egy nyakkendő színét, de azt még ekkor sem feltétlenül lehet tudni, hogy az egyik csíkos, míg a másik pöttyös. A postai értesítőt be lehet szkennelni, de a postás kézírását a karakterfelismerő sem tudja kibetűzni. De akkor is hívható az operátor, ha a látássérült eltévedt és nem tudja, hol van.

A projekt sikeres megvalósítását tagegyesületenként egy-egy mentor is segíti majd, az ő feladatuk az okostelefonok és a Távszem alkalmazás használatának betanítása az azt igénylő vak és gyengénlátó egyesületi tagok részére.

Azt, hogy a Vakok és Gyengénlátók Győr-Moson-Sopron Megyei Egyesületének mely tagjai kapják a telefonokat, még nem lehet tudni. Szalai Miklósné Erdélyi Tünde elnök elmondta, az egyesület vezetése dönt a választási szempontokról, de valószínűleg pályázatot írnak ki, hogy mindenki egyenlő eséllyel induljon.

Pályázatot
írnak ki, hogy
mindenki egyenlő
eséllyel
induljon

A Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége (MVGYOSZ) tavaly év elején kezdett dolgozni egy olyan szolgáltatás kialakításán, ami infokommunikációs alapon segíti a látássérülteket. A cél az volt, hogy a vakok és gyengénlátók akadálymentesen használható mobileszközök segítségével jussanak internet alapú segítő szolgáltatáshoz. Az úgynevezett Távszem szolgáltatás az év minden napján, a nap huszonnégy órájában elérhető lesz (az alkalmazás ingyenesen



18530021-1-08

Csoportos diétás tanácsadást tartanak dietetikusok magas vérzsírszinttel rendelkezők számára április 24-én 15 órakor. A győri Egészségfejlesztési Iroda által szervezett programra regisztráció szükséges: efiprogram@gmail.com, tel.: 507-900/8575.

A Fogy a Petz-cel kezdődött a történet, amelyet dr. Boncz Ágota belgyógyász-endokrinológus, az Egészségfejlesztési Iroda vezetője álmodott meg. Az első csapat sikeresen teljesítette a célt, mozgással, az étrendjük átprogramozásával szépen olvadtak lefele a kilók. Az ideálisnak meghatározott fogyási tempó a hetente egy kilogramm volt, amely még nem terheli meg a szervezetet.

A kórházi dolgozók után az önkormányzati munkatársak vágtak bele a kihívásba, s március 5-től életmódváltásba fogtak. Egy hónappal később találkozott a csapat, hogy megbeszéljék a tapasztalatokat. Jelen volt Molnár Réka dietetikus is, aki szintén sok segítséget nyújt a fogyni vágyóknak.

A program tagjai már átestek az orvosi felmérésen és a laborvizsgálatok eredményei is megérkeztek. Köztük a vércukor-terheléses vizsgálat adatai is, amelyekről dr. Boncz Ágota elmondta: „Ez a megelőzés miatt is nagyon fontos, hiszen a szénhidrát-anyagcsere zavara a cukorbetegség előszobája. Akiknél a 120 perces mérésnél nem sikerült 6 alatt tartani az értéket, már kezdődő szénhidrát-anyagcsere zavarról beszélhetünk. Nagyon fontos tehát az életmódváltás, hiszen most



A húsvét sem lehet

KIFOGÁSI

Szerző: Havassy Anna Katalin / Fotó: JoyStudio/Shutterstock.com

még megelőzhető a nagyobb probléma” – foglalta össze a doktornő.

A programnak nagyon fontos eleme, hogy magabiztosan használják a kalóriaszámolást. Molnár Réka dietetikus szerint egyébként gyorsan meg lehet szokni, s hamarosan már „szemmel” is megy a mérés.

A Fogy a Petz résztvevőinek először a karácsony, az önkormányzati csapatnak most a húsvét jelent

komoly kihívást, ám Molnár Réka receptekkel készült. Csupán egy kis változtatás, s máris kímélő lehet a húsvéti menü. A bazsalikom-mozzarellás csirkemell, a narancshabos mákos szelet és a magos ropogós nagyon ígéretesen hangzott. Főleg, hogy a süteményt már a doktornő is kipróbálta, s mint mondta: akkora sikert aratott vele, hogy valószínűleg kipróbálja a málnás verzióját is.

Egyre népszerűbb az Egészségfejlesztési Iroda programja, amely szakmai irányítással segít az életmódváltásban. A legutóbbi találkozáskor a húsvéti ünnepi asztal kísértéseire igyekezett nemet mondani a csapat.



TISZTA LAPPAL

#járj jó példával



Tisztességesen.
Veled

SZÉCHENYI 2020



Európai Unió
Európai Szociális
Alap



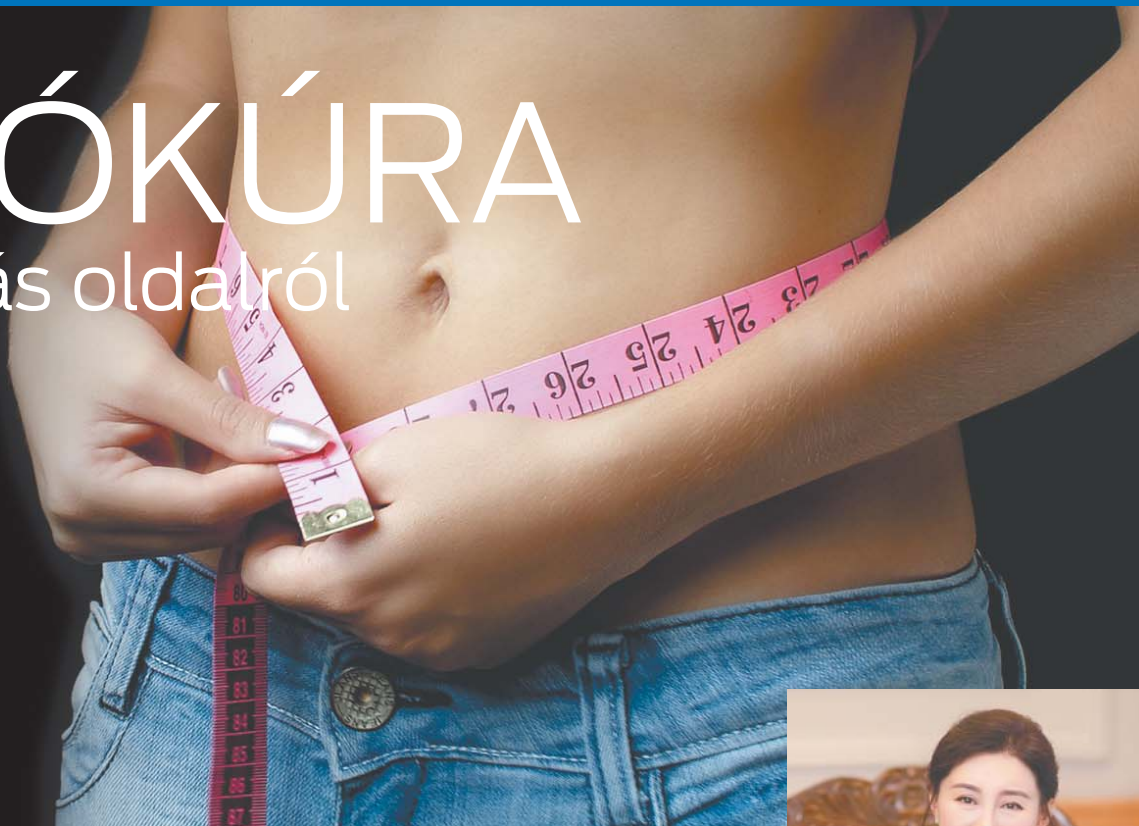
MAGYARORSZÁG KORMÁNYA

BEFECTETÉS A JÖVŐBE

FOGYÓKÚRA

másként, más oldalról

Minél inkább kúszik fel a hőmérséklet, s egyre többet láttatnak a ruhák, úgy egyre többen aggódnak az alakjuk miatt, függetlenül kortól és nemtől. Ha súlycsökkentésről van szó, mindenkinek felcsillan a szeme, még azoké is, akiknek arányos, formás az alakjuk. A vékonyság lett a divat – ennek kapcsán ad tanácsokat dr. Feng Xiao Ping, a Harmónia Akupunktúra Centrum akupunktúrák szakorvosa.



Lefogyni viszont nem könnyű, hiába ígéri azok a forgalmazók, akik termékek fogyókúrás terméket dobtak piacra. Dr. Feng Xiao Ping szerint nincs mese: át kell állni szigorú napi étrendre. A kedvelt ételeink mellőzése viszont frusztráltta tesz. Dr. Feng azt vallja, hogy harmóniában kell lennünk a testünkkel. Mindent, ami ellentmond ennek, nehezen viseljük el, és előbb-utóbb kudarcot vallunk. Az ismétlődő próbálkozás és hibaélmény viszont sokkal károsabb a szervezetnek, mint maga a fogyás. Ezt a pszichológiai frusztrációt az ember teremtetten, egyre kevésbé bízva önmagában, a kitalált célt kergetve.

A testsúlycsökkenés káros is lehet a szervezet számára. A súlyvesztésből adódó legnagyobb probléma a kínai orvostudomány által említett máj és lép funkciózavarainak kialakulása. A máj alulműködése elégtelen epe kiválasztást okoz, a lép zavara pedig gyengíti a hasnyálmirigy funkcióit. Pedig az epe és a hasnyálmirigy is fontos szerepet játszik a méregtelenítésben, a zsírok lebontásában. A két szerv mozgósítása tehát megoldhatja az elhízás problémáját.

De miként lehet feloldani a máj energiáinak stagnálását? A tai chong pont a nagylábujj és a második lábujj közötti rés felett körülbelül 1,5 centiméterrel található. A pont a máj

pontot három percig, naponta összesen 10-15 percig. Akkor jó az erőssége, ha közben fájdalmat érzünk.

Az epehólyag meridián a törzs oldalán cikkcakkvonalban fut a csípőízületig, onnan a comb külső oldalán halad tovább a negyedik lábujj körömágyának külső oldalához. Befolyásolja az anyagcsere-folyamatokat.

A comb külső részén lévő pontot naponta ököllel ütögetve sokat tehetünk annak érdekében, hogy megváljunk a combunkon és a fenekünkön felhalmozódott zsírpárnáktól. A hasi zsír esetében kopogtassuk, ütögezzük a köldök mindkét oldalát körkörös, ökleinkkel kifelé három percig.

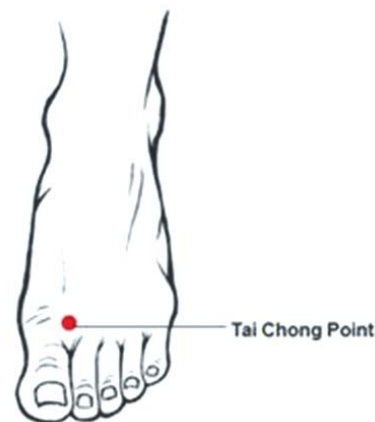
A lép alulműködése az emésztő funkciót erősen érinti. Ha nincs egyensúlyban a működése, fáradtnak, levertnek érezzük magunkat, testileg és szellemileg is kimerülünk. Gyengül az emésztésünk, így a hasunk puffad vagy megkeményedik. Ilyenkor előfordulhat, hogy akkor is hízzunk, ha nem eszünk sokat.

Ha meggyengül a gyomor, a lép és a hasnyálmirigy csíje, akkor tanácsos magas szénhidrát tartalmú zöldségeket fogyasztani. Ilyen például a sütőtök, a sárgarépa és a csicseriborsó. Mellékük pedig enyhén csípős, melegítő hatású fogások kerüljenek, mint



a vöröshagyma, a gyömbér és az édeskömény. Tanácsos főtt ételeket összeállítani, és a napi elfogyasztásra szánt mennyiséget több kisebb részletben elosztani.

„Hogy miért beszéltem ennyit a májról, az epehólyagról, a lép és a gyomor kondicionálásáról, nem pedig a fogyásról? Mert ha ezek egészségesen működnek, a fogyás természetes lesz!” – összegezte végül dr. Feng a kínai orvoslás tapasztalatait. (x)



Gyógyuljon természetesen, gyógyszerek és mellékhatások nélkül!

PRÓBÁLJA KI ÖN IS!

Győr, Bartók B. út 5.
+36-30/391-8648

Mosonmagyaróvár,
Városcapu tér 9.
+36-30/790-1248



meridiánhoz tartozik, a stimulálása jól tesz például fejfájásnál, szédülésnél, és a májfunkciók stagnálásával van összefüggésben a legtöbb nőgyógyászati betegség is.

A gyakori masszírozása akadálytalaná teszi a csí, vagyis az életenergia áramlását a májban. Hüvelykujjakkal masszírozzuk a tai chong



A húsvéti asztal elképzelhetetlen sonka és tojás nélkül. Nagy Eszter creative chef a töltött tojásokat most rendhagyó módon tálalta, egészséges medvehagyma és paprikakrém került a töltelékbe, a húsvéti sonkából krém készült és az ilyenkor elengedhetetlen torma is visszaköszön köretként majonézzel keverve. Ünnepi fogások a tavasz jegyében.

Húsvéti sonka és tojás:

TÖLTSÜK MEG!



NAGY ESZTER
- CREATIVE CHEF -

KONYHA PONT

SZELES húsüzlet
www.szeleshus.hu

creativechef.hu
#creativechefeszter
@creativechefeszter



Töltött tojások

A tojásokat kettévágjuk és a sárgájukat kettesével külön kis edényekbe tesszük, villával összenyomjuk. Az egyik tálban lévőket kikeverjük a pestóval és a majonéz egy részével, a másikat az ajvással és a majonézzel, a harmadikat pedig csak sóval, borsal és majonézzel. A krémeket visszatöltjük a tojásokba, és mindegyiket megszórjuk aprított metélőhagymával.

Hozzávalók:

6 db főtt tojás
1 ek. medvehagymapesto
2 ek. ajvár (paprikakrém)
só, bors, 4-5 ek. majonéz
metélőhagyma

Húsvéti sonkakrémmel töltött karaj rántva, tormás majonézzel, tavaszi salátával

A húst kiklopfoljuk, majd óvatosan sózzuk, hiszen a sonka is sós. A sajtkrémet a sonkával és a reszelt sajttal összekeverjük, majd mindegyik szelet közepére teszünk egy jó adagot. A húsokat félbehajtjuk, széleiket jól összetapasztjuk, bepanírozzuk és közepesen forró olajban pár perc alatt készre sütjük. A tormákat a majonézzel összekeverjük és a húsokat ezzel kínáljuk.

Hozzávalók:

4 szelet karaj, 20 dkg darált füstölt sonka, 1 tömlős ömlesztett sajtkrém, 10 dkg reszelt sajt (liszt, tojás, zsemlemorzsza és olaj a sütéshez), 2 ek. ecetes torma, 1 ek. friss reszelt torma, 100 g majonéz

Friss saláta

TIPP

- 1 csomag madársaláta
- 5-6 szem friss retek
- néhány szem kocktélparadicsom
- 3 ek. olívaolaj
- 1 ek. balsamecet
- 1 ek. szójaszós



FELFRISSÍTETTÉK

a diákok kerékpáros ismereteit



Európai Unió
Európai Regionális
Fejlesztési Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

SZÉCHENYI 2020

Az akció április

16-án lezárult, ezalatt tíz középiskola negyven osztályába jutottak el a szervezők, akik arról számoltak be, hogy nagy sikerük volt a diákok körében. Örömmel jelentették, hogy a fiatalok mindenhol lelkesen, aktívan vettek részt a rendhagyó órákon, amelyeken például óriástérkép segítségével megismerkedhettek Győr kerékpárútjainak jelenlegi, illetve tervezett hálózataival, de a biztonságos közlekedés szabályait is átismételték, amelyeket tavasszal, a biciklis forgalom megélénkülésével nem lehet elégszer hangsúlyozni. A környezettudatosság kapcsán az iskolákban beszéltek az alternatív közlekedési lehetőségekről, a kerékpározás előnyeiről – ezeket figyelembe véve ugyanis a fiatalok is tehetnek bolygónk megóvásáért.

A diákok maguk készíthették el témához illő ajándékukat. Színes karkötőt csomóztak paracord kötélből, amely kibontható, rögzíthetik vele csomagjukat a kerékpárra, majd újra praktikus, trendi ékszert varázsolhatnak belőle a tanult technikával. A fiatalok tehát nem csak közlekedési ismeretekkel, egyedi, hasznos kiegészítővel is gazdagodtak a Bringázni menő akció során. (x)



2019. MÁJUS 30. – JÚNIUS 2.
Gasztro piknik, Győr



Jegyek megvásárolhatók online és Győrben
a kijelölt helyeken. | www.artpiknik.hu



Food
Boom

Plusz 5 °C hideg, és rettentően gyors modell. Röpké háromórás fagyoskodás, többször változtatott koncepció, és voilá: talán öt darab jól sikerült fotó. Nem erre készültem! Tudtam, hogy gyors állatok, de hogy ennyire... Amikor harmincadszorra próbáltuk, és még mindig ott tartottunk, hogy nem sikerült lenyomnom az exponálógombot, miközben elszáguldott mellettem, akkor kezdtem kicsit türelmetlen lenni. Az autofókusznak szinte esélye sincs. Hol a füvet találja el, hol egy kiálló gazt. Forma-1-es autót könnyebb megörököíteni. Ez volt az első fotós találkozásom a magyar agárral. Fantasztikus állatok, nemcsak gyorsak, de rendkívül kitartóak is a vadak üzésében.

SZERZŐ, FOTÓ: NAGY FERENC



magazin



A KITARTÓ HAJLSZA BAJNOKA

MAGYAR AGÁR

Szemmel vadászik, mondta a gazdájuk. És valóban! Elég volt egy felreppenő madár, egy távolban pöfögő teherautó, vagy egy szél által görgetett falevél a földön, azonnal bevetésre készen figyelt, és ha úgy gondolta, azonnal nekiiramodott. És többnyire úgy gondolta! Az agár ötezer évnél régebbi létezését egyiptomi régészeti források bizonyítják. A magyar honfoglalók szintén használtak hasonló kutyákat. Az agarászat egy ősi vadászati forma. Mai egyedeik kecses, robbanékony állatok. A leggyorsabbnak a nagytermetű angol agárt tartják, de a magyar agár inkább kitartásáról ismert. Vannak még közel-keleti típusok és ismert az orosz borzoi is, akinek például hosszú a szőre. Léteznek törpe változatok is, mint a whippet és az olasz agár.

A mi agarunk középnagy, rövid szőrű szépség. Sokféle színben tenyésztik. Újabban rendeznek szá-

mukra is fajtaspecifikus gyorsasági versenyeket, műnyúlal, épített pályán. Illetve manapság ismét van lehetőség nyúlra, rókára vadászni ökelmével. Teste szinte mérnöki pontossággal tervezett. Futásra tervezett lábak „nyúlmancsokkal”, mély mellkas és a felhúzott vékonya jellegzetessé teszi megjelenését. Ehhez járul még hozzá a kicsi, hosszúka feje, kiálló szemekkel és vagány rózsafüllel. Rendkívül ragaszkodnak gazdájukhoz, erős megfelelési kényszerrel. Imádnak lustálkodni a kandalló előtt vagy a kanapén. Régi festményeken is ilyen pózban ábrázolják őket. Ragadozó múltjuk bizonyítéka, hogy szeretnek magaslati ponton heverészni és megfigyelni a zsákmányállatok mozgását pihenés közben. Gepárdoknál látni hasonló viselkedést. Sétáltatás közben vigyázni kell rájuk, nehogy elszaladjanak. Elég

Mai egyedeik kecses, robbanékony állatok



egy sodródó papírgalacsinnal, ami már aktiválja is üldöző ösztönüket. Fák között nem szerencsés póráz nélkül kísérni őket, mert ha elszaladnak, előfordulhat, hogy a nagy sebesség miatt például egy fával ütköznek, amiből komoly sérülés származhat! Táplálásukra és mozgásukra precízen kell ügyelnünk. A kövér agár látványa nem éppen felemelő! Ne feledjük, hogy a velük való foglalkozás nemcsak őket, de a gazdit is kiváló fizikai kondícióban tartja!



Szerző: Bodrogi Sára / Fotó: Győri Állatmenhely

GAZDIKERESŐINK feltöltődtek szeretettel

Az Emberek az Állatokért Alapítvány jótékonyági napot tartott április 13-án a Győr Plazában a Győri Állatmenhely árváiért. A rendezvényen a Győr+ Mancsok gazdikeresői is bemutatkoztak, akiknek nagy sikerük volt a felnőttek és a gyermekek körében is.



A Győri Állatmenhely hetedik éve szervez programokat az állatbarát bevásárlóközpontban az érdeklődőknek – idén többek között szépségversenyt a kutyusoknak, különböző állatbemutatókat, kreatív foglalkozást a gyere-

keknek, illetve a Győr+ Mancsok csapata is felvonultatta gazdikeresőit.

Az Emberek az Állatokért Alapítvány ezzel a tartalmas nappal is igyekszik felhívni a figyelmet a felelős állattartásra, próbálják közelebb hozni az

árva kutyákat, cicákat az emberekhez, illetve nem titkolt céljuk, hogy hirdessék, nekik is nagy szükségük van az adó egy százalékára. A jótékonyági esemény lehetőséget adott arra, hogy az árva állatok egy más közeg-

ben is bemutatkozhasanak az embereknek, köztük a Győr+ Mancsok gazdikeresői, akik második éve vesznek részt a rendezvényen. Virgonccal, Alexával és Sütikével ismerkedhettek meg szombaton, akik nem bánták, hogy egy bevásárlóközpontban voltak órákig nagy tömegben, ráadásul sok más kutya társaságában. Kedvesen barátkoztak emberekkel, állatokkal, és szinte hangjuk sem volt a programok alatt. Okosan leültek vagy lefeküdtek, a gyerkőcök pedig köréjük gyűltek, kényeztették, simogatták őket, amit szemmel láthatóan nagyon-nagyon élveztek ők és a lurkók is. A kutyusok feltöltődtek szeretettel, és még akár az is előfordulhat, hogy a plázában találkoztak leendő családjukkal.

„Az egyik legnagyobb sikertörténet az utóbbi években a Győr+ Mancsok. Úgy gondolom, hogy egy olyan felületet nyitottunk meg, amely révén azokat is meg tudjuk szólítani, akik korábban nem követték a közösségi oldalon az állatmenhely életét” – mondta el rovatunkkal kapcsolatban Nagy Péter, az Emberek az Állatokért Alapítvány kuratóriumi tagja. Hozzátette, a cikkek, videók rengeteg pozitív visszajelzést eredményeztek, és sok olyan állatnak is sikerült gazdit találni, akik egyébként talán nélkülünk még mindig nem lettek volna otthonra.

Szeretettel várjuk látogatóinkat a tavaszi szünetben és a húsvéti ünnepek alatt! Sok-sok vidám és különleges programmal készülünk az idén is.

Egész nap közös húsvéti tojásfa-dekorálás

Segíts, hogy nekünk legyen a legszébb tojásfánk az idén! Hozz magaddal egy felakasztható, szép tojásdísz, az is jó, ha magad készíted el! Add oda a GolfoZoo játéknál kollégánknak, hogy állatkertünknek legyen a legszebb húsvéti tojásfája! A jutalom sem marad el!

Nyúl-város (a tavaszi szünet ideje alatt)

Egészen húsvét utáni keddig nyitva tart a Nyúl-város, ahol pihe-puha nyuszik népesítik be kis faházunkat. A megyeszékhely nevezetességeit bemutató „makettváros lakóit” minden látogatónk megcsodálhatja, és az ott élő különböző nyúlajtákat is megismerhetik.

Szöveg: Xantus János Állatkert

Húsvét az állatkertben



Zoo Show (tavaszi szünetben, mindennap)

11 és 15 órakor, fantasztikus új produkcióval, különleges állatbemutatóval kápráztatjuk el látogatóinkat. Zoo Show cucci állatszármakkal és sok-sok meglepetéssel!

Az állatkertünk nem szeretné, hogy bárki is elhervadjon, így a húsvéti locsolás sem maradhat el, ezért a show végén a hölgyeké lesz majd a főszerep! A rossz időjárás miatt bemutatónk elmaradhat!

Húsvét hétfői családi ünnep

A hagyományokhoz híven az idei húsvét hétfőn is színes programokkal, állatsimogatóval, ügyességi játékokkal várjuk az érdeklődőket. Az állatkertben kalandozva több állomás várja a játékos kedűeket, melyek teljesítésével egyre gyűlnek majd a vidám tavaszi élmények. Megéri kiállni a próbákat, megfektetni a rejtvényt, hisz a játék öröme mellett a jutalom sem marad el. Ilyen jutalom lesz a MiniGolfoZoo, a TapiZOO, a Tojáskirakó és a Nyuszi-etető.

Tengerimalac-vonatunk 10.20-kor és 17.30-kor, menetrend szerint indul, kérjük, a vágány mellett vigyázzanak! Az időjárásra érzékeny „szerelvények” csak jó idő esetén közlekednek, megértésüket köszönjük!

Kincskeresésre csábít mindenkit a húsvéti nyuszi! Betűkkel díszített színes tojásai különleges helyeken lapulnak, aki nyitott szemmel jár az állatkertben, felfedezheti mindet. Érdekes mindent „lefölteni”, mivel ajándékot kap, aki a tojásokon lévő betűkben elrejtett állatnevet megfejti és a kérdőívet is leadja a célállomáson.

Kézműves asztalunkon különleges díszek készülnek, a megújult KalandoZoo programunk keretében pedig egy csokor látványteretést is megtekinthetnek az érdeklődők: 10.30 – jaguár, 11.30 – gyűrűsfarkú maki, 12 óra – vidra, 12.30 – mókusmajom, 13 óra – zsiráf, 14 óra – gibbon, 14.30 – tapír, 15.30 – ormányos medve, 16 óra – apella.

A Győr-Szol Zrt. idén is csatlakozott a Magyar Távhőszolgáltatók Szakmai Szövetsége által április 12-re meghirdetett Távhőszolgáltatás napja elnevezésű országos programhoz. Ennek keretében múlt pénteken üzembejárás során tekinthették meg a győri távhőszolgáltatás Rozgonyi úti telephelyét és műszaki központját az érdeklődők. Az idei rendezvény különlegessége volt, hogy a győri távhőszolgáltatás ebben az évben ünnepli 50 éves jubileumát.

NYÍLT NAPPAL

ünneptelt az ötvenéves győri távhőszolgáltatás

A program a győri távfűtés ötvenéves múltjának áttekintésével kezdődött. A legfontosabb állomásokat Milanovich László, a Győr-Szol Zrt. távhőszolgáltatási igazgatója idézte fel. A győri távhőszolgáltatás ötletét nyilvánosan először Gallyas (Goldsand) Camilló gépészmérnök vetette fel 1936-ban, a győri Rotary Klubban tartott előadásában. Hogy az ötletből valóság legyen, arra 33 évet kellett várni, hiszen Győr Város Tanácsának Végrehajtó Bizottsága a panelos lakásépítési programmal összhangban 1969. július 1-jei hatállyal javasolta megalapítani a megyeszékhely távhőszolgáltató vállalatát.

Az induláskor 1511 lakást fűtöttek az ideiglenes Bacsó Béla úti (jelenleg Tihanyi Árpád úti) kazánházból. A Rozgonyi úti telephelyen először gőzkazánok voltak, 1971-ben helyezték üzembe az első két 58 MW hőteljesítményű forróvíz-kazánt, majd 1976-ban a következő kettőt. A jelenlegi kazánkapacitást 1982-ben érték el egy 116 MW hőteljesítményű forróvíz-kazán telepítésével. A távhővel ellátott lakások számának intenzív növekedése 1990-ig tartott, ekkor 22.331 lakásban volt távhőszolgáltatás. 2018-ban 24.614 lakásban adta a meleget a távhő. 2002-ben üzembe állt a gázmotoros erőmű, ami megte-

remtette a lehetőséget a kapcsolt hő- és villamosenergia-termelésre, a hatékonyabb földgázfelhasználásra. 2015-ben megkezdődött a geotermikus hőhasznosítás, mára minden harmadik lakás fűtését megújuló forrásból biztosítják, tavaly Győrben az összes kiadott hőmennyiség 32 százaléka származott geotermikus energiából. A fejlesztéseknek köszönhetően a távfűtés biztonságos, kényelmes és környezetbarát.

Az előadást követően az érdeklődők bejárták a telephelyet, megnézték többek között a geotermikus hőfogadót, a speciális forróvíz-kazánokat, a központi hővezénylőt és a gázmotoros erőművet.



Szöveg: Győr-Szol Zrt. / Fotó: O. Jakócs Péter

**UTAZZON
ELSŐ
osztályon...**

**...BÉRELJE
TŐLÜNK
CÉGAUTÓJÁT!**

- 1-5 év futamidő
- Törvényes ÁFA-visszaigénylési lehetőség
- Akár nulla % kezdő befizetés

Szabadon választhat szimpla finanszírozás és teljes flottakezelés közt.

TARTÓS BÉRLET cégek részére új és használt személygépkocsira is.

• www.carmenrent.hu • info@carmenrent.hu
• +36-30/235-9911 • +36-70/427-6000

FELHÍVÁS A GYŐRI LAKOSOKHOZ

EGYNYÁRI VIRÁG

igénylése

A győri önkormányzat a Győr-Szol Zrt.-vel közösen ismét egyényári virág-akciót hirdet. A város tovább folytatja a faültetési programot, évente ezer új fát ültet el. Továbbá a zöldterületeket jelentősen fejleszti, öntözőrendszereket telepít, és körülbelül 100 ezer egyényári palántát is kiültet évente. A lakosság bevonásával is tovább szeretné szépíteni és zöldíteni a várost, ezért hirdeti meg ezt az akciót, párhuzamosan a Virágos Városunk Győr pályázattal. (Ennek részleteit a 33. oldalon olvashatják.)

A virágok az erkélyek és az utcafrontok virágosítására használhatók fel kizárólag, javítva a város képét. Az átvevő felelősséget vállal a virágok gondozásáért, ezek betartását ellenőrzik.

Az akcióra győri lakosok jelentkezhetnek, egy ingatlantulajdonos maximum 20 cserép növényt igényelhet.

Jelentkezés: május 10-ig, levélben: Győr Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatal, Településfejlesztés Főosztály, 9021 Győr, Városház tér 1.; e-mailben: viragigenyles@gyor-ph.hu címen.

A virágok kiosztása előreláthatólag május végén, előzetesen meghirdetett időpontban, a városháza előtti téren történik, személyi igazolvány és lakcímkártya felmutatásával.

**VIRÁGOS
VÁROSUNK**
GYŐR

Folytatódik a vízhalózat

TISZTÍTÁSA

Szöveg és fotó: Pannon-Víz Zrt.



Révfa területén folytatódik a vízhalózat tisztítása, húsvét után a 14-es számú főút–Votinszky u. és Dózsa György rakpart közötti területen munkanapokon 8–14 óráig ingadozhat a víznyomás és átmenetileg elszíneződhet az ivóvíz.

Javasoljuk, hogy tegyenek félre a nappali órákra fogyasztásuknak megfelelő mennyiségű ivóvizet. A fehér ruhák mosása előtt pedig érdemes ellenőrizni a víz átlátszóságát.

A szakemberek sűrített levegővel mossák át az utcai vízvezetéseket.

Előbb a főnyomó vezetékét, majd utcáról utcára haladva az elosztó vezetékeket tisztítják. A tisztítást a Votinszky utca felől kezdik és a 14-es számú főútvonal felé haladnak. Várhatóan május második hetében végeznek a munkával.

A sűrített levegős öblítés mellékhatása, hogy az apró légbuborékok fehérre színezhetik a csapvizet. Ez kiengedve néhány perc alatt eltávozik és a víz újból átlátszó lesz. Az új módszer sokkal hatékonyabb és gyorsabb a hagyományos vízöblítésnél, a víz felhasználá-

sa pedig jóval kevesebb. Az ivóvíz a karbantartás ideje alatt is fogyasztható, de minden alkalommal ivóvízes tartálykocsit is irányítunk az érintett körzetbe.

Az okozott kellemetlenségekért szíves türelmüket és megértésüket kérjük!

Szeretnénk megköszönni Vámoszabadi és Kisbajcs, Nagybácsa, Kisbácsa és Szitásdomb lakóinak türelmét, ezeken a településeken, illetve városrészekben már befejeztük a vízhalózat tisztítását.

GYŐRSZOL

Álláshirdetés

A Győr-Szol Zrt. Városüzemeltetési és Kivitelezési Igazgatósága felvételt hirdet az alábbi munkakör betöltésére:

gépjárművezető

Feltétel: • C kategóriás jogosítvány
• legalább 3 év tehergépjármű-vezetői tapasztalat • GKI kártya

Előnyt jelent: • E kategóriás jogosítvány • darukezelői képzés • veszélyes áru szállítást igazoló képzés

Jelentkezési határidő:
2019. május 15.

Szakmai önéletrajzát a következő címre várjuk: Győr-Szol Zrt. Munka-bérügyi osztály, 9024 Győr, Orgona utca 10., vagy munkaugy@gyorszol.hu. A borítékra kérjük, írja rá, illetve az e-mail tárgyában tüntesse fel a „Gépjárművezető” jellegét.

Kihelyezett szelektív hulladékgyűjtés lesz Adyvárosban

A GYHG Nonprofit Kft. Radnóti Ákos alpolgármester, önkormányzati képviselő és dr. Gancz Tamás önkormányzati képviselő kérésére és támogatásával a háztartásokban felhalmozódott lomok elhelyezésére gyűjtőpontot üzemeltet április 27-én, szombaton 8 és 16 óra között, a Graboplast-sátor mögötti parkolóban, a Szigethy Attila út és Ifjúság körút kereszteződésénél. A parkolót április 26-án 18 órától április 27-én 18 óráig kéri szabadon hagyni.

A hulladékok átvételére kizárólag a gyűjtőhelyen van lehetőség. Elhelyezhető itt többek között elektronikai, fém, műanyag hulladék, nyesedék,

építési törmelék, bútorok. Veszélyes hulladékot a kihelyezett gyűjtőponton nem lehet leadni, a veszélyes anyagokat az állandó helyszíneken működő hulladékudvarokban fogadják be.

A hulladéklerakásra a győri lakosok, a Győrben szemétszállítási díjat fizetők jogosultak, amit igazolhatnak a hulladékszállítási díj befizetéséről szóló számlával, akiknek ilyen nincs – mert a társasház közösen fizet –, a korábban kiadott Győr Kártyával vagy lakcímkártyával, illetve személyi igazolvánnyal érkezzenek. A kihelyezett szelektív hulladékgyűjtés a rendőrség és a közterület-felügyelet biztosításával zajlik.

Győr Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatala pályázatot hirdet **építés-hatósági ügyintéző munkakör** betöltésére. A pályázattal kapcsolatban további információ az onkormanyzat.gyor.hu honlapon, a Pályázatok menüpont alatt érhető el.

GYŐRSZOL

Álláshirdetés

A Győr-Szol Zrt. Távhőszolgáltatási Igazgatósága felvételt hirdet az alábbi munkakörök betöltésére:

hegesztő

Feltétel: autogén-, AWI- és bevont elektródás hegesztővizsga
Előnyt jelent: hegesztő minősítő vizsga

csőszerelő vagy fűtőszerszám

Feltétel: szakmunkás-bizonyítvány
Előnyt jelent: hegesztő szaktudás

Bérezés: megegyezés szerint

Fényképes szakmai önéletrajzát a következő címre várjuk: Győr-Szol Zrt., Munka-bérügyi Osztály, 9024 Győr, Orgona utca 10., vagy munkaugy@gyorszol.hu. A borítékra kérjük, írja rá, illetve az e-mail tárgyában tüntesse fel a munkakör megnevezését.

GYŐRSZOL

Álláshirdetés

A Győr-Szol Zrt. Városüzemeltetési és Kivitelezési Igazgatósága felvételt hirdet az alábbi munkakörök betöltésére:

tetőfedő-bádogos

Feltétel: szakirányú végzettség

csőszerelő

Feltétel: szakirányú végzettség

**kézi parkgondozó
gépi parkgondozó****gépkocsivezető**

Feltétel: C kategóriás jogosítvány

festő

Feltétel: szakirányú végzettség

kőműves

Feltétel: szakirányú végzettség

Foglalkoztatás jellege: 8 óras munkaidő, egy műszakos munkarend

Önéletrajzát a következő címre várjuk: Győr-Szol Zrt. Munka-bérügyi osztály, 9024 Győr, Orgona utca 10., vagy munkaugy@gyorszol.hu. A borítékra kérjük, írja rá, illetve az e-mail tárgyában tüntesse fel a munkakör megnevezését.

ÁLLÁS

Nyugdíjasok jelentkezését várjuk rész- és teljes munkaidőre. Könnyű alkatrészek porciózása, büfés, üző-mester, szakács, főzésben jártas konyhai kisegítő, női-férfi takarító, áru felöltő, illetve többféle betanított, könnyű fizikai feladat. Jelentkezni a 06-20/335-7312 és 96/822-514-es telefonon, vagy személyesen a Győr, Bartók B. u. 8. alatti Északi Szomszédok Nyugdíjas Szövetkezet irodájában lehet.

Győri telephelyre keresünk friss-nyugdíjas, rész munkaidős fizikai ki-segítő munkást. Elérhetőségünk: +36-96/412-100, hétköznapi 8-16 óráig hívható. Várjuk jelentkezését!

SZOLGÁLTATÁS

Tetők javítása, készítése, bádogos és lapostetők, szigetelési munkák készítése. 06-30/355-6991

Villany szerelést és villanybóják javítását vállalom Győrben és környékén. Tel.: 06-70/384-6557

Kőműves-, burkolási, bontási munkákat és fuvarozást vállalkozunk. 06-30/460-5184

Vízvezeték-szerelést, radiátorok cseréjét, társasházakban alapvezeték, strangok teljes körű felújítását vállalom Győrben és környékén. Tel.: 06-30/520-8875

Győr-Kisbér és vonzáskörzetében vállalkozunk kedvező áron szobafestést 3 fős csapattal. Ingyenes helyszíni felmérés után korrekt áron, precíz munkát nyújtunk. 16 éves tapasztalattal, számlaképesen. Hívjon bizalommal! Érdeklődni: 06-30/464-3259

Mindenemű kárpitozást, javítást vállalkozunk ingyenes felméréssel, vidéken is. Nagy szövetválasztékkal. Tel.: 06-20/239-9198

Lakás, ház, pince, padlás, udvar takarítását, rendbetételét, felesleges holmi elszállítását (akár 1 darabot is) vállalkozunk megbízható munka-

erővel. Megegyezős alapján akár hagyatékfelvásárlás is lehetséges. Nem fog csalódni bennünk! 06-20/226-9431

Víz-szennyvízvezeték javítása, bővítése, szaniter, csaptelek cseréje. Kül-, beltéri burkolatok javítása, tisztasági festés. 06-70/363-6633

Fűnyírás, kaszálás, sövényvágás, fakivágás, gyökérkivétel, fametszés, faültetés, bozótirtás! 06-30/403-6810; 96/826-322

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

Lomtalanítást vállalkozunk ingyenes elszállítással a padlástól a pincéig. 06-70/265-7643

Lomtalanítást vállalkozunk teherautóval. Hívjon bizalommal. Kőszegi Tibor, tel.: 06-20/551-3865

Lomtalanítást vállalkozunk, lakások, pincék ürítését, takarítását, meg-egyezős szerint. 06-70/675-0654

Szobafestést, mázolás, tapétázást, fotótapéták felragasztását, laminált padlók lerakását vállalkozunk. Tel.: 06-70/245-8931

Redőny, gurtncsere, szűnyogháló, relaxa, szalagfüggöny rövid határidővel. Ingyenes felmérés! 06-70/233-9213

Kárpitozás! Ülő-, fekvőbútorok javítása, áthúzás anyaválasztással. Ingyenes felmérés-szállítás. Autók, robogók kárpitjainak javítása, áthú-zása. Érdeklődés: 06-70/884-6838

EGYÉB

KÉSZPÉNZÉRT magas áron antik bú-tort, festményt, Herendi porcelánt, Zsolnayt, kristályokat, ezüsttárgya-kat, ékszert, régi órákat, könyveket, dísz tárgyakat, hagyatékot vásárolunk. Hívjon bizalommal! 06-70/640-5101 Díjtalan értékbecsles!

Hagyaték, régiség felvásárlása! Díjtalan kiszállás! Régi pénzügytemény,

arany ékszerek, festmények, ezüst-tárgyak, karórák (felhúzó, automa-ta!). 06-70/381-6345, Budapest

Kos és jerke bárányok eladók 700 Ft/kg (élő súly) áron továbbtartásra vagy vágásra. Az állatok 13-25 kg súlyúak. Tel.: +36-30/500-7346

Biopton lámpát, szinterápiát, áll-ványt, dobozt, légtérápiát, Ceragem ágyat vásárolok! 06-20/529-9861

Kézsizerszámokat: kulcsokat, kala-pácsokat, krovákat, satukat, kisge-pekert, kerti szerszámokat, fejszék-et vásárolnék. 06-20/415-3873

Anyagi gondjai vannak? Segítünk önnek! Finance Capital Zrt., Győr, tel. 06-70/884-7918

SZÉP-KÁRTYA, Erzsébet-utalvány el-fogadása, beváltás. Nádorvárosban garaszt vennék. 06-70/564-2280.

ELADÓ

30-50 M Ft közötti kerek társasházi lakásokat azonnali készpénzfizetéssel. Takács László, +36-30/455-8044

Győr környéki, jó állapotú családi házakat keresek 40-70 M Ft között! Minden megoldás érdekel! 06-30/455-8044

LAKÁSCSERE

Győrszentiván-Kertvárosban lévő házat győri garzonra cserélném. Tel.: 06-30/589-4741



96/505-050

Belvárosi, 2 szobás, 49 nm-es, kom-fortos, határozatlan bérleti szerző-déses lakást cserélné 55-90 nm-es, 3-4 szobás, határozatlan-határozott idejű bérleményre. Lift nélküli ház-ban maximum a 2. emeletig. (Hir-detésszám 689)

Adyvárosi, 2 szobás, 54 nm-es, össz-komfortos, határozott, bérleti szerző-déses lakást cserélné 3-4 szobás, ha-tározott-határozatlan idejű bérle-

ményre. Újváros, Marcalváros I., Bán Aladár u. kizárva. (Hirdetésszám: 595)

Belvárosi, 1 szobás, 31 nm-es, kom-fortos, függőfolyosóról nyíló, hatá-rozott bérleti szerződéses lakást cserélné 40-70 nm-es, 3 szobás, határozott-határozatlan idejű bérle-ményre. (Hirdetésszám: 596)

Szabadhegyi, 1 szobás, 35 nm-es, félkomfortos, határozott bérleti szerződéses lakást cserélné 50-65 nm-es, 2-4 szobás, határozott-hatá-rozatlan idejű bérleményre. Bán Aladár utca, Sziget és Újváros kizár-va. Tartozás átvállalása lehetséges. (Hirdetésszám: 597)

Gyárvárosi, 1 szobás, 44 nm-es, komfortos, határozott, bérleti szer-ződéses lakást cserélné 50-65 nm-es, 2-3 szobás bérleményre. Sziget, Újváros, Bán Aladár u. kizárva. (Hir-detésszám: 599)

Marcalváros I-en lévő, 2 szobás, 53 nm-es, összkomfortos, határozatlan idejű, távfűtéses lakást cserélnék Marcalváros II-n lévő, adyvárosi, 49-53 nm-es, 2-3 szobás, erkélyes, határozatlan idejű, összkomfortos bérleményre. Sziget, Újváros, Mar-calváros I., Bán Aladár utca kizárva. (Hirdetésszám: 600)

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-tyong.hu

Társasházkezelés,
Közös képviselő

AHAUS Ingatlankezelő Kft.
9022 Győr, Bajcsy-Zsilinszky u. 44.
Kérjen árajánlatot!
06 20 / 241 3323
www.ahaus.hu



FEMOL AUTÓUDVAR

Győr, Fehérvári út 79. 96/519-300 30/9015-808



**Bizományos értékesítés
RÖVID HATÁRIDŐVEL,
TÁROLÁSI DÍJ NÉLKÜL!**

HITELÜGYINTÉZÉS Készpénzes autófelvásárlás

MEGNYÍLT A
VASTELEP!

- Horganyzott, festett, famintás és kőmintás trapézlemezek
- Hidegen, melegben hengerelt festett horganyzott táblalemez
- Szendvicspanelek
- Z/C szelemenek
- Zártszelvény, szögvas, köracél, laposvas
- IPE, HEA, HEB gerendák
- Betonacél, betonacél háló

**Győr, Serfőző utca 11.
+36-20 231 3004**

Versenyképes fizetés?
Megbízható
munkahely?

Akkor a DREMO Gubott-uán a helye!

Várjuk szeretettel április 23. és 26. között az alábbi címen 10-18 óráig:
9024 Győr, Babits Mihály utca 17/A.

- ✓ Attraktív németországi pozíciókat kínálunk segéd- és szakképzett munkavállalóknak a szakmunka és az ápolás területén.

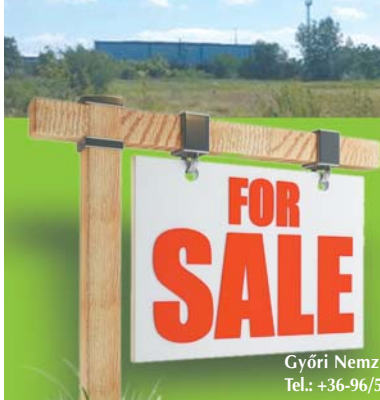


+36 62 815008

+49 351 89775-34

www.nemetmelo.hu

ELADÓ TELKEK A GYŐRI IPARI PARKBAN!



A Győri Ipari Park bővítési területén, a Tatai u. déli oldalán, a Rehau Kft.-vel szemben 3.000 nm és 50.000 nm közötti igény szerinti nagyságú telkeket ajánlunk. A telkeket teljes közműellátással, aszfaltburkolatú utakkal és közvilágítással értékesítjük.

Várjuk szíves érdeklődésüket elérhetőségeinken:
Győri Nemzetközi Ipari Park Kft. 9027 Győr, Gesztenyefa u. 4.
Tel.: +36-96/506-978 vagy +36-30/948-4701 • E-mail: info@ipgyor.hu

A Győri Ipari Park
központi Szolgáltatóházában
(Győr, Gesztenyefa u. 4.)

18-20 nm-es, légkondicionált
IRODAHELYISÉGEK
hosszú távra **KIADÓK.**

Győri Nemzetközi Ipari Park Kft.
(Győr, Ipari Park, Gesztenyefa u. 4.)
96/506-978, 96/506-979

- modern környezet
- ingyenes parkolás
- étterem, kávézó
- bankautomata
- konferenciaterem



A sikeres környezetszépítő versenyre az idén is családi ház, társasház, illetve lakásszövetkezeti lakótömb, erkély és üzletek teraszai kategóriában várják a jelentkezőket.

2019. április 19.

33



Indul

a „Virágos városunk Győr”

program

Szerző: Papp Zsolt
Fotó: MekliZ Fotóstúdió

„A város tavaly is folytatta nagyszabású faültetési programját, amelynek keretében évente mintegy ezer fát ültetünk el. Zöldterületeinket is továbbfejlesztettük, öntözőrendszereket telepítettünk, a Győr-Szol Zrt. munkatársai közel százezer egynyári palántával díszítik a várost” – fogalmazott Radnóti Ákos városüzemeltetésért felelős alpolgármester a program bejelentésekor a Megyeháza téri szökőkút mellett. A helyszín nem volt véletlen, hiszen az alpolgármester azt is közölte, hogy a városi szökőkutakat napokon belül üzembe helyezik. Hozzátette, fontosnak tartják, hogy a környezet- és természetvédelmi szemléletformálás, a környezeti nevelés, a szelektív hulladékgyűjtésre irányuló tevékenységeken kívül a lakosságot motiválják arra, hogy tisztán és rendezetten tartsák közvetlen környezetüket.

Az önkormányzat által meghirdetett versenybe magánszemélyek, lakóközösségek és üzletek jelentkezését várják családi ház, társasház, lakásszövetkezeti lakótömb, erkély és üzletek teraszai kategóriában. A társasházak, lakásszövetkezeti lakótömbök esetében egy háztömb vagy legalább két

lépcsőház lakóinak összefogása szükséges a jelentkezéshez.

A versenybe nevezni április 20-tól május 30-ig lehet. Nevezési lapot a városháza portájáról, valamint a gyor.hu honlapról lehet letölteni. A nevezést a Polgármesteri Hivatal Településfejlesztési Főosztályára (II. em. 237.) kell eljuttatni, illetve megküldeni a 9021 Győr, Városház tér 1. címre. A borítékra kéri ráírni: „Virágos városunk Győr verseny”.

A szakemberekből álló szemlebizottság a nyári hónapokban helyszíni bejáráson értékeli a pályázók által gondozott területeket. A kategóriák első három helyezettje vásárlási utalványban és oklevélben részesül, valamint a „Virágos Városunk Győr” 2019 tábla kihelyezésére lesz jogosult. Családi ház kategóriában az első 150 ezer, a második 125 ezer, míg a harmadik helyezett 100 ezer forintos utalványt vehet át. A társasházak, illetve üzletek teraszai kategóriákban a nyeremény 300 ezer, 250 ezer és 200 ezer forint, míg az erkélyek esetében az utalványok értéke 75 ezer, 50 ezer és 25 ezer forint. A díjazottak a vásárlási utalványokat kertészeti eszközök, anyagok, növények beszerzésére fordíthatják.

„Virágos Városunk Győr” 2019 / Helyi környezetszépítő verseny

NEVEZÉSI LAP

Kategória: Családi ház, Társasházi/Lakásszövetkezeti lakótömb, Erkély, Üzlet terasza.

(Kérjük, a megfelelő aláhúzással jelölje!)

Név:

Tulajdonos, bérelő, közös képviselő / elnök:

Kapcsolattartó személy neve:

Cím (irányítószám, utca, házszám):

.....

Telefon: E-mail:

Dátum: Győr, 2019.

.....
aláírás
Tulajdonos, Bérelő, Közös képviselő / Elnök

VIRÁGOS
VÁROSUNK
GYŐR

Győr-Moson-Sopron Megyei
Kereskedelmi és Iparkamara



Miért iratkozzon fel KAMARAI HÍRLEVELÜNKRE?

- mert rendszeresen friss gazdasági információkat osztunk meg Önnel, mely érdekes lehet vállalkozásának működése szempontjából
- mert a kamarai hírekről elsőként tőlünk tájékozódhat
- mert szakmai/törvényi változásokkal kapcsolatos rendezvények időpontjáról rögtön tájékoztatást küldünk
- mert folyamatosan tájékoztatjuk a megyei vállalkozásokat a kamara által nyújtott lehetőségekről
- mert nekünk fontos, hogy Ön folyamatosan figyelemmel kísérhesse munkánkat és visszajelzést kaphassunk Öntől

**HÍRLEVÉL feliratkozási lehetőséget
keresse honlapunkon!**

**Vegyen Ön is részt a megye vállalkozóinak
életében! Találkozzunk a kamarában!**

www.gymskik.hu



@gymskik



#gymskik



Győr-Moson-Sopron Megyei
Kereskedelmi és Iparkamara

A MI UTCÁNK

Likócs (9027) – 3. rész

Szittyta utca

A Szittyák a magyarok és a hunok őseinek tartott nép, más néven szkíták, Pannónia őslakosai. Ezt az utcát is 1957-ben nevezték el.

Tatár utca

Ezt az utcát a mongol eredetű tatárokról nevezték el 1985-ben. Szomorú emlék az 1241. április 11-i, Muhinál elszenvedett vereség és a tatárjárás.

Török utca

A Szentvid falunál táboroztak a Győrt ostromló törökök, majd hátrahagyva a települést elpusztították azt. Innen az elnevezés 1957-től.

Marcalváros (9024)

A városrész, Nádorváros folytatásaként az 1970-es évek második felétől kezdett kiépülni „ipari technológiával” – azaz, házigyári elemekből. Első útja a Lomnic–Táncsics Mihály–Mónus Illés utcák–Nagy Imre utca–Nádorvárosi köztemető (83-as sz. út)–Bakonyi út (821 sz. út) által határolt terület, ami a Marcalváros I. nevet viseli. Marcalváros II. a Bakonyi úttól nyugati irányba, a Marcal-tó mellett futó Pápai út, déli irányba a 83-as sz. út, északon az Illyés Gyula utca (Pápai úti sporttelep) között helyezkedik el. A városrész építésekor adott eredeti utcanévek a rendszerváltozás után, 1992-ben változtak meg, akárcsak a településrész neve (Kun Béla-lakónegyed). A városrész névadó folyója, a Marcal a Rába jobb oldali mellékfolyója. A Bakonyban ered, több patakból táplálkozik, míg végül 100 kilométer hosszan, Zala, Vas és Győr-Moson-Sopron megyén keresztül Gyirmót előtt a Rábával egyesül.

Cuha utca

A városrész, illetve Marcalváros I. legelső utcája. A Cuha patak a Bakonyban, Eplény község közelében ered és észak felé egészen Gönyűig folyik, ahol is a Duna jobb oldali mellékvezeként ömlik a folyóba. Felső, azaz bakonyi részét Cuha pataknak hívják, az ország egyik legszebb szurdokán keresztülhaladva, onnan kilépve sík vidéken fut, miközben több kisebb patak bővíti. A Dudari patak csatlakozásától már Bakony-érnek hívják. A patak hossza 81 km. Neve szláv eredetű (Szuha), aminek jelentése száraz, utalva arra, hogy nyáron, főleg az utóbbi évtizedekben gyakran kiszárad.

Gerence út

Marcalváros I. és II. között, a Bakonyi úttal párhuzamosan fut. A Gerence patak a Marcal folyó mellékága. Szintén a Bakonyból ered, Bakonybél környékén. Hossza 57 km, aminek bakonyi része lenyűgöző minden évszakban, Bakonybél-től Huszárokelő-pusztáig. A patak végül Malomsok közsénél egyesül a Marcal folyóval.

Ikva utca

Marcalváros I. Nagy Imre utcával párhuzamos harmadik utcája. Az Ikva patak Ausztriában ered, Sopronon keresztül futó, 52 km hosszú patak. Eredetileg a Fertő tóba ömlött, de a 19. századi csatornázások eredményeként a Kardos-érrel egyesülve a Hanság-főcsatornába fut.

Lajta út

Marcalváros I. gerincútja. Erre fűződik fel a Cuha, Répce, Ikva és Gerence utca. A Lajta folyó a Duna jobb oldali mellékfolyója, 182 km hosszú. Ausztriában a Schwarza és Pitten folyók találkozásától nevezik Lajta (Leitha) néven. A trianoni békeszerződés előtt hosszú szakaszán Magyarország nyugati határfolyója is volt. A folyót Sárfolyónak, Litahának is hívták. A Lajta Mosonmagyaróvárt átszelve ömlik bele a Mosoni-Dunába.

Czvikovszky Tamás



Az Audi segít

Felújításra szorulnak az iskola tantermei?
Új játszótérre lenne szüksége az ovisoknak?
Megújítaná a falu táncgyűttesének próbatermét?

Az Audi Hungaria szeptember 13-án hét kiválasztott intézmény álmát valósítja meg.

Pályázzon Ön is projektjével május 15-ig!

Kik pályázhatnak:

- Győr, valamint a város max. 70 km-es vonzáskörzetében található intézmények, alapítványok vagy civil szervezetek

Milyen projekttel pályázhatnak:

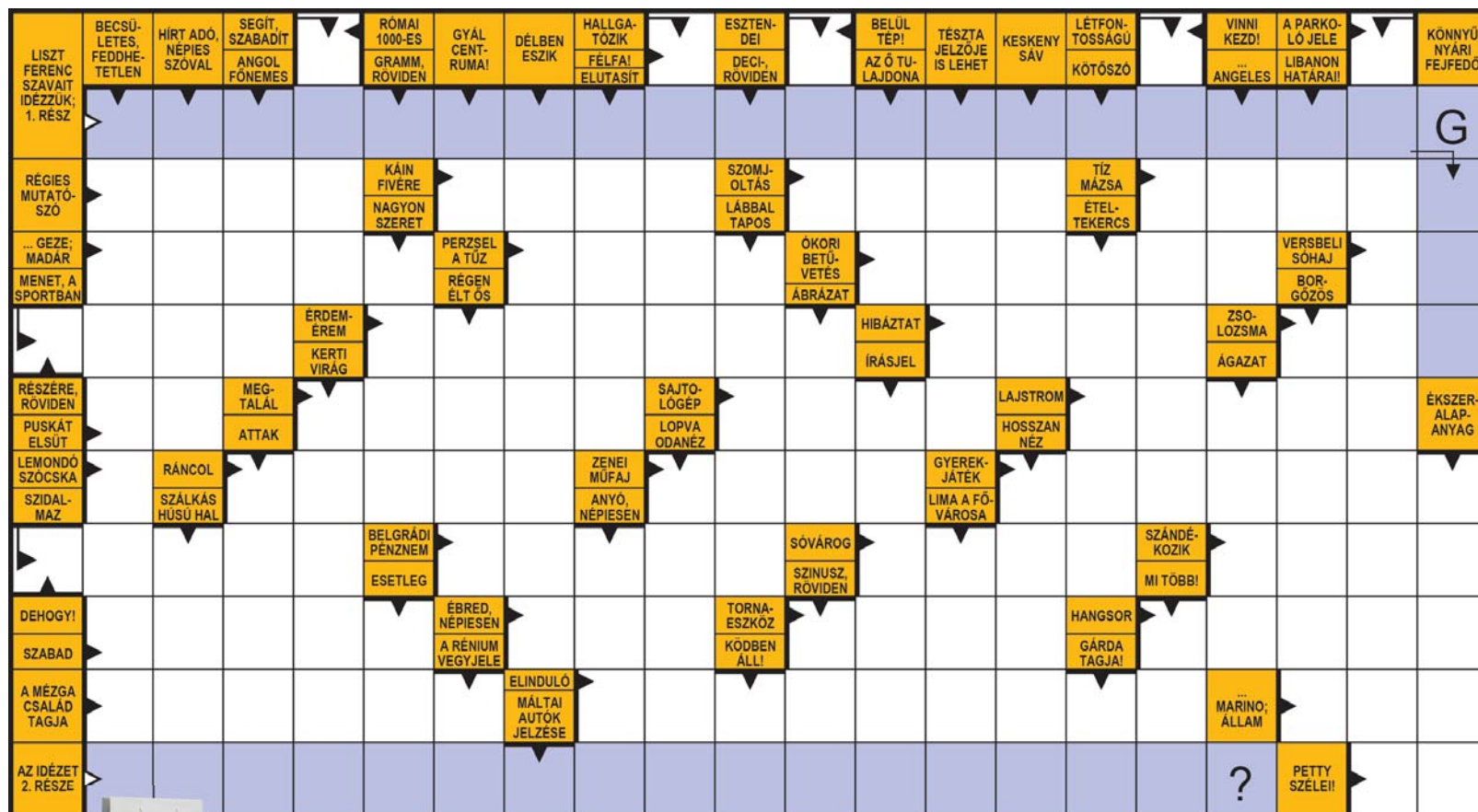
- Fő fókusz a fenntarthatóság, a projekt a következő területek egyikére irányul: oktatás, kultúra, környezet- és természetvédelem vagy egészséges életmód
- 60 audis munkatárs számára biztosít munkát
- A projektnek 6 óra alatt megvalósíthatónak kell lennie

A megvalósításához az Audi Hungaria projektenként 6 millió Ft támogatással, illetve 60 audis lelkes munkájával járul hozzá.

További részleteket és a pályázati lapot itt találja:
www.audi.hu

#azaudisegit





A helyes megfejtést jövő hét szerdáiig küldheti be szerkesztőségünkbe: 9023 Győr, Kodály Zoltán u. 32/a vagy jatek@gyorplusz.hu. A szerencsés megfejtő nyereménye egy **a városhoz kötődő ajándéksomag**. Előző rejtvényünk nyertesét e-mailben, illetve postán értesítjük.

Gerzson és Panka

a két valóságban is létező, Győrben élő, színes, beszélő arapapagáj kalandjai

Színes mesekönyv, aranyos rajzokkal, amit érdemes el- vagy felolvasni minden kisgyereknek!

2-10 éves korosztálynak ajánlott. Születnapra, névnapra, húsvétra vagy csak úgy ajándékba.

Terjeszti: a Libri Könyvruház



Kövessétek Gerzson és Panka életét a „Gerzson és Panka kalandjai” Facebook-oldalon!

Megrendelhető: már német és magyar nyelven is a www.drdezszi.hu webáruházban, INGYENES házhoz szállítással.

HALLÓKÉSZÜLÉK AKCIÓ

Widex D30 hallókészülék akció május közepéig



Teljes ár:
39 990 Ft

**INGYENES
HALLÁSVIZSGÁLAT
INGYENES
PRÓBAHORDÁS**

Cím:
9027 Győr, Nagysándor József u. 30.
Nyitva:
H-Cs: 8:00-16:30, P: 8:00-15:00
Telefon:
06 (30) 487 6908, 06 (96) 524 480
Email:
audiogyor@widex.hu

Az akció 2019. 05. 17-ig vagy a készlet erejéig érvényes. Akciós hallókészülék vásárlása kizárólag teljeskörű audiológiai vizsgálat után lehetséges, ha a halláscsökkenés megfelelően ellátható a készülékkel. A vizsgálat és illesztés a szakmai irányelvek maximális betartásával történik.

**WIDEX® HALLÓKÉSZÜLÉK
STÚDIÓ**

A második egyetemi miniregattára is sokan voltak kíváncsiak a Kosuth-hídnál, a Mosoni-Duna partján hétfőn. Tavaly a Széchenyi István Egyetem lány és fiú nyolcása mérte össze tudását a Győrben edzőtáborozó brit Oxford Balliol College csapataival, ezúttal bővült a mezőny, hiszen a lányoknál három hajó is indult, most négyesben.



GYŐZTEK a győriek

A hajrá a hölgyek futamában nem hozott különösebb izgalmakat, a győriek nagy fölényrel értek első helyen célba, a hajóban Bíró Katával, Sőnföld Júliával, Gagyí Barbarával és Lakó Szendrával, valamint a kormányos Majsa Klaudiával. A második a cseh Brno Műszaki Egyete-

mének a négyese lett, míg a harmadik helyen az oxfordiak végeztek.

A fiúknál is nőtt a csapatok száma, itt nyolcas hajók rajtoltak el, a tavalyi Széchenyi-egyetem, Oxford kéthajós mezőnyhöz ezúttal a Pécsi Tudományegyetem, valamint egy budapesti

válogatott is csatlakozott. A győriek a tavalyi versenyhez hasonlóan most is könnyedén nyertek Lovass Márk, Porubszky Norbert, Bakaity Attila, Lacsik Péter, Fiala Balázs, Szigeti Roland, Szabó Bence, Szlovák Rajmund összeállításban, Vajnórák Martin kormányossal.

**KÖNNYED VISELET
SZABADBAN ÉS BELTÉRBE!**



**FÉNYRE SÖTÉTEDŐ SZEMÜVEGLENCSE
AJÁNDÉK TRENDI SZEMÜVEGKERETTEL**

Az akció április 1-től április 30-ig,
illetve a készlet erejéig tart.
A részletekről érdeklődjön üzletünkben!

már **39.500 Ft-ért**

gold optika

Győr, Arany J. u. 28-32.
30/846-26-71,
96/519-868
E-mail:
goldoptika@gmail.com
Facebook:
Optika Gold



Magyarországon az egyik legnépszerűbb akadályfutó-verseny a PannonHajsza. Az első megyei futamot Pannonhalmán rendezték három és fél éve. Az utóbbi két alkalommal a Bakonyban, a cseszneki vár környékén rajtolhatott el a mezőny, így lesz ez idén nyáron is, június 8-án és 9-én. „Két táv, 7 és 14 kilométer, valamint két nehézségi szint közül választhatnak az indulók. A versenyfutam a profi sportolóknak szól, ahol időlimittel és egy-egy akadály sikertelen teljesítése vagy hibázás esetén nehezebb büntető feladatokkal kell számolniuk a résztvevőknek. Az élmenyfutamot a nem rendszeresen sportolóknak találtuk ki, akik akár túra jelleggel szeretnék teljesíteni a kijelölt távot. Ezeket a futamokat június 8-án ren-

dezzük, de ezen a napon indul egy verseny gyerekeknek is. Június 9-én, vasárnap indítunk még egy GyerekHajszát a 6–11 éveseknek, valamint egy SuliHajszát, több korosztályban általános és középiskolásoknak. A győri egyetemistáknak testnevelés félév aláírása is jár a futam teljesítéséért. Természetesen csapatban, akár céges csapatban is várjuk a jelentkezőket” – mondta Tálos Gergő, a PannonHajsza szervezője.

Az indulóknak akadályokon kell átjutni, próbákat teljesíteni, ezek között lesz szalmabálamászás, íjászat, gólyalábon járás, taligatolás, csúzlizás is. A PannonHajszára jelentkezni lehet a www.pannonhajsza.hu-n, vagy személyesen a Yakuza Fitnessben, és a verseny helyszínén. (x)

Az Európai Atlétikai Szövetség Prágában tartotta tisztújító kongresszusát, ahol a tagországok képviselői szavaztak az elkövetkező időszak vezető tisztségviselőire. Egyedüli jelöltként választották meg újra a szövetség elnökének Svein Arne Hansent, aki 2015 óta tölti be a posztot. Három alelnök személyéről is döntöttek, valamint megválasztották a szervezet tanácsának 13 tagját. Utóbbiban Gyulai Márton, a magyar szövetség korábbi főtítkára 2023-ig tag marad. A tanács már másnap összeült, és határozta meg a különböző bizottságok összetételéről. Egyedüli magyar sportdiplomataként a Győri Atlétikai Club klubmenedzsere, az egyesület atlétika szakosztályának vezetője, Petrahn Barbara is bizottsági tag lett. A kétszeres olimpikon atléta a Fejlesztési Bizottságba került be.

„Óriási megtiszteltetés ez számomra, és igyekszem meghálálni a bizalmat. Huszonöt éve vagyok az atlétika vérkeringésében, előbb sportolóként, majd sportvezetőként, gyakorlatilag ez volt, és jelenleg is ez az életem. A bizottsági tagság pozitív visszaigazolása az elvégzett munkámnak. Ez persze annak is

köszönhető, hogy a magyar atlétika jó irányba halad már egy ideje. Bízom benne, hogy a sportdiplomáciai sikerből Győr is profitálhat. A város túl van egy tökéletes Európai Ifjúsági Olimpiai Fesztivál (EYOF) és egy U18-as atlétikai Európa-bajnokság szervezésén, így a szövetségben mindig elismeréssel beszélnek Győrről” – mondta Petrahn Barbara és hozzátette, izgatottan várja a bizottsági munkát, ami elsősorban abból áll majd, hogy javaslatokat tesz a tanács felé. „Konkrétumokat azonban az első bizottsági ülés után tudok mondani. Az elmúlt években jelentős fejlesztés történt az oktatás és a fiatalok atlétikájában, ez mindenképpen egy követendő útirány, de rengeteg egyéb terület van, amit lehet finomítani a sportág fejlődésének érdekében. Örülök, hogy a férfi tisztségviselők között egyre több nő is helyet kap.”

Cherry Alexander a szövetség 49 éves története során a második női alelnök lett, a fejlesztési bizottságban pedig régi ismerőssel dolgozhat együtt Barbara, hiszen ott lesz egy másik olimpikon, a brit Jenny Meadows is, akivel 2008-ban Pekingben együtt versenyzett.



Sportdiplomáciai
SIKER



GYŐRI BÍRÓ a vb-n

A győri Kulcsár Katalin neve is szerepel a nyári franciaországi női labdarúgó-világbajnokság játékvezetőinek végleges listáján. A nemzetközi szövetség (FIFA) játékvezetői bizottságának döntése alapján Kulcsár a kilenc európai játékvezető egyike lesz a tornán, míg Török Katalin a 18 asszisztens között kapott helyet. Kulcsár Katalin 2015 után másodszor tevékenykedhet női vb-n, Kanadában két mérkőzést vezetett. Európa-bajnokságon ugyancsak kétszer szerepelt, 2013-ban és 2017-ben, 2016-ban pedig ő dirigálta a női Bajnokok Ligája döntőjét, majd a világ legjobb női játékvezetőjének választották. Török Katalin első alkalommal vesz részt felnőtt világbajnokságon. A 24 csapatos franciaországi vb június 7-én kezdődik és július 7-ig tart.



9. Gyirmóti Halászléfőző Fesztivál



2019. MÁJUS 1-JÉN, szerdán 8 órától

Szervező: a győri önkormányzat és a Ménfőcsanak-Gyirmóti Művelődési Központ
Helyszín: Aranyhal Szabadidőközpont, horgásztavak
A részvétel díjtalan, de jelentkezéshez kötött.

Jelentkezési határidő április 26. 12 óra

A versenyre nevezni a Gyirmóti Művelődési Házban (Szent László u. 35-37.) lehet.

Infó: gyirmotimuvhaz@gmail.com • 96/449-137

Egész nap szórakoztató és kulturális programok gyermekeknek és felnőtteknek.

Sztárvendég 15 órakor a Hot Jazz Band



VASKAKAS Bábszínház
2019. ÁPRILIS

27. SZOMBAT 10.00
APRÓK SZÍNHÁZA - IZEG-MOZOG!
APRÓK SZÍNHÁZA 0-4 ÉVES KORIG - MINDEN SZOMBATON 10.00

28. VASÁRNP 11.00
MATINÉ - MEKK ELEK, EZERMESTER
MATINÉ 4 ÉVES KOR FELETT - MINDEN VASÁRNP 11.00 ÓRA

VASKAKAS BÁBSZÍNHÁZ 9022 GYŐR, CZUCZOR G. U. 17.
TEL.: 96/512-640, VASKAKAS.HU, JEGYEK.VASKAKAS.HU

A norvég Vipers Kristiansand lesz a címvédő Győri Audi ETO KC ellenfele a női kézilabda Bajnokok Ligája májusi, budapesti négyes döntőjének első játéknapiján, az elődöntőben.



Audi ETO–Vipers elődöntő a BL-ben

Fotó: O. Jakócs Péter

A két csapat azonos csoportban szerepelt a középdöntőben: az ETO hazai pályán 33–29-re, idegenben pedig 33–26-ra győzött. A 23 BL-mérkőzés óta egyetlen magyar csapat 12. alkalommal jutott elődöntőbe a legmagasabb európai kupasorozatban. A másik ágon az orosz Rosztov-Don és a francia Metz HB találkozik.

A női BL hatodik budapesti négyes döntőjét május 11-én és 12-én rendezik. Az elődöntőket szombaton 15.15-től és 18 órá-

tól játsszák, az első meccsen az ETO és a Vipers lép pályára, másnap 15.15-kor kezdődik a bronzmérkőzés, 18 órakor pedig a döntő.

Eduarda Amorim, a győriek brazil balátlövője a sorsolás után azt mondta, a legnagyobb motiváció számukra, hogy megvédjék a címüket.

„Új kihívás, új csapatok, nagyon izgalmas mérkőzésekre van kilátás. Szeretem, ahogy játszanak, hiszen a norvégok mindig sokat futnak és nagyon gyorsak. Semmiféle nyo-

más nem lesz rajtuk, nehéz feladat lesz legyőzni őket” – nyilatkozta a világbajnok játékos.

A Vipers kapusa, Katrine Lund – aki kétszer nyert BL-t az ETO színeiben – elmondta, nincs mit veszteniük, bár a Győr kerete kiváló játékosokból áll, akik remek csapatot alkotnak.

„Különleges érzés számomra a győriek ellen játszani. Örülök, hogy a közelmúltban kétszer is találkoztunk velük, mert láthattuk azt a szintet, amire mi is törekszünk” – árulta el.

Olimpikon kajakozó igazolt Győrbe



Fotó: mob.hu

Kopasz Bálint olimpikon kajakozó az Algyői SK-tól a Graboplast Győri VSE-hez igazolt. A győri klub honlapjának beszámolója szerint a 21 éves sportoló szerződése 2020-ig szól.

„A Győrbe igazolásom előrelépés a pályafutásomban. Pozitív a véleményem az ott folyó munkáról, a ver-

senyzőkről, az edzőkről, és a klub méltóképpen képviselheti az érdekeimet” – fogalmazott az átigazolás kapcsán az Európa-bajnoki ezüst- és bronzérmes, világbajnoki negyedik, U23-as világbajnok Kopasz Bálint. A kajakozót – aki ott volt a Rio de Janeiro-i olimpián – továbbra is edző édesanyja, Demeter Irén készíti fel.

A GYAC torna szakosztályát három sportoló képviselte a magyar válogatott tagjaként a szeczin Európa-bajnokságon, Lengyelországban. A hölgyek mezőnyében az egyéni összetett fináléjába egyetlen magyarként Fehér Nóra kvalifikálta magát, és élete első felnőtt Eb-döntőjében a 19. helyen zárt.

Helytállt a döntőben Fehér Nóra

Fotó: ecszcecin2019.eu

„Érdekes hangulatú döntőn vagyok túl. Úgy érzem, az út a döntőig jobban sikerült, most talán túlságosan is nyugodt voltam. Rögtön az első szeren, gerendán rontottam, amit nagyon sajnállok, de úgy érzem, utána sikerült a tőlem elvárt szintet hoznom. Azonnal töröltem a fejből a rontást, és csak a következő szerre koncentráltam. Összességében elmondhatom, hogy boldog vagyok a finálé miatt, és hogy két egymás utáni versenynapon jól teljesítettem. Az biztos, hogy most

egy kis pihenés következik, mert két hete folyamatosan mindennap edzetünk” – nyilatkozta a döntő után Fehér Nóra, a GYAC tornásza.

„Nóri a gerendarontás miatt most egy kicsit hátrébb csúszott, de ebben a mezőnyben nagyjából ez a realitás. A pénteki selejtezőben fejben egy picit jobban ott volt. Ezt leszámítva hozta a tőle elvárt szintet, és a lényeg, hogy bejutott az egyéni összetett döntőbe” – értékelte versenyzője teljesítményét

Draskóczy Imre, a női válogatott szövetségi kapitánya.

A két GYAC-os fiú, Kardos Botond és Mészáros Krisztofer is hat szeren indult az Eb-n. Kardos lólengésben rontott, és a gyűrűgyakorlata sem volt tiszta, így a selejtezőben az 52. helyen végzett. Az újonc Mészáros Krisztofernek első nagy nemzetközi megmérettetése volt ez a felnőttek között, a lóról ugyan leesett, de legalább rutint szerezhett ebben a kiemelkedően erős mezőnyben, és az 51. helyen fejezte be az Eb-t.

TORNA-VB: bejött a szíves logó

A sportág képviselőinek, edzőknek, versenyzőknek is tetszik a győri junior torna-világverseny logója. A júniusban megrendezendő világverseny szimbóluma egy olyan szív, amelyet stilizált tornászfigurák alkotnak.



A nemzetközi szövetség delegációja a közelmúltban tartotta meg a hivatalos sorsolást Győrben, a vb helyszínén, ahol a sportvezetők elégedettek voltak a világverseny előkészületeivel, és nagyon tetszett nekik többek között a vb logója is.

„Sikerült egy olyan logót összehozni, amely minden túlzás nélkül telitalálat. Eddig bárhol mutattuk be, mindenhol nagy tetszést aratott” – mondta Altorjai Sándor, a Magyar Torna Szövetség főtitkára.

A győri junior torna-világverseny lesz az első olyan vb, amelyet ebben a korosztályban rendeznek meg.

A világbajnokságra a fiú válogatott Budapesten készül. Puskás Jenő szerint jól halad a felkészülés. A szakmai igazgató elmondta, többlépcsős lesz a keretszűkítés, amely végén kijelöli a világbajnokságon induló háromfős csapatot. Május közepén lesz az országos bajnokság. Rá egy hétre megrendezik a Budapest Kupát, ott kialakul egy szűk négyfős keret, amely a tervek szerint egy belgiumi nemzetközi versenyen is részt vesz. Utána lesz végleges az indulók névsora.

Az első junior torna-világverseny június 27-én kezdődik és 30-ig tart. A vb-t magyar kezdeményezés írta ki a nemzetközi szövetség.

Príma

Akció: április 20–25.

Csirkecomb farrésszel

379 Ft/kg



Sertésszír, vödörös

450 Ft/kg

Helyben készített
juhbelbe töltött
grillkolbász



1099 Ft/kg

Mesés tejföl

20%-os, 330 g,
663,64 Ft/l

219 Ft/db



Steffl dobozos sör

0,5 l, 358 Ft/l

kartonos ár

179 Ft/db



Baba tusfürdő

400 ml, 1322,5 Ft/l

529 Ft/db

FELVESZÜNK
ELADÓ, PÉNZTÁROS, HENTES,
ÁRUFELTÖLTŐ, RAKTÁROS

munkakörbe kollégákat.

Nyugdíjaskorúak munkavállalási lehetősége az AKTIVITÁS Nyugdíjas Szövetkezet partnerségével.

Diákmunka-lehetőség!

Partnerünk: Pannon-Work.

JELENTKEZÉS AZ ÜZLETVEZETŐNÉL
vagy fényképes önéletrajzokat a
munkahelygyor@gmail.com

e-mail címre várjuk.

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, Szigethy Attila út 80.



gyorinemzetiszinhas



gyoriszinhas

Nagyszínház

20. szo	A padlás	15.00	bérletszűnet
21. v	István, a király	15.00	bérletszűnet
	István, a király	19.00	bérletszűnet
24. sze	Bob herceg	17.00	Radnóti
25. cs	Egerek és emberek	17.00	Kazinczy
26. p	1 nap a kulisszák mögött IX. Csoportterápia	19.00	bérletszűnet
27. szo	Bob herceg	15.00	bérletszűnet
	Bob herceg	19.00	Kisfaludy
28. v	Aréna	15.00	bérletszűnet
	Aréna	19.00	bérletszűnet

Kisfaludy terem

20. szo	Ludas Matyi jr.	11.00	bérletszűnet
	Két úr szolgája	19.00	bérletszűnet
23. k	Érzések Mohácsi Attila Ílrai szólókoncertje	19.00	bérletszűnet
24. sze	A Pál utcai fiúk	11.00	bérletszűnet
25. cs	A kis herceg	11.00	Sulibérlet „D”
27. szo	A kis herceg	11.00	bérletszűnet

Elérhetőségeink

e-mail: szervezes@gyoriszinhas.hu, telefon:

+36 96 314 800. A pénztár nyitva tartása:

keddtől péntekig 10.00–18.00 óráig

www.gyoriszinhas.hu



jegy.hu



1 NAP 2019. ÁPRILIS 26. PÉNTEK A KULISSZÁK MÖGÖTT

IX.



PROGRAM

09.00	Kulisszajárás	
10.00-11.00	Színházi Activity	/ Nagyszínház
10.00-10.50	Interaktív stúdiós foglalkozás	/ Kisfaludy terem
11.00	Kulisszajárás	
11.00	Táncóra – Tanuljon musical koreográfiát!	/ Próbaterem
12.00-12.50	Színpadtechnikai bemutató és színpadi show	/ Nagyszínház
13.30	Kulisszajárás	
15.00	Táncóra – Tanuljon musical koreográfiát!	/ Próbaterem
15.00-17.00	Társasjáték a színészekkel	/ Csillár-szint
15.00-17.00	Dedikálás	/ Csillár-szint
17.00	Posonyi Takács László: ...és amit nem játszunk el	/ Kisfaludy terem
19.00	Kisfaludy termi esték: Add tovább – Szina Kinga önálló estje A műselyemlány – Mihályi Orsi önálló estje	/ Kisfaludy terem
19.00	Csoportterápia	/ Nagyszínház

REGISZTRÁCIÓ

Minden program regisztrációköteles, kivéve a társasjátékot és dedikálást. Regisztrálni április 25-ig lehet a szervezési osztályon. Alsó korhatár 12 év.

Álláshirdetések

A Győri Nemzeti Színház pályázatot hirdet **NŐI-FÉRFI SZABÓ, FŐPÉNZTÁROS, LAKATOS és VILÁGOSÍTÓ** munkakörök betöltésére. Pályázati feltételek olvashatóak a www.gyoriszinhas.hu és www.gyor.hu honlapokon, illetve a Színház portáján.