

GYŐR+

X/47 + 2020/11/20



**MEGVÁLTOZOTT
A PARKOLÁSI REND
A BELVÁROSBAN**
Nagyinterjú a polgármesterrel



KÖTÉNYEKET FEL!

Szerző: Farkas Mónika
Fotó: Gösser Szilvia

Tavaszhoz képest jóval nehezebb pályán mozgunk, minden szempontból. Múlt hét szerda óta a középiskolások számára az oktatás átköltözött a digitális térbe, ami ebben a kiélezett járványügyi helyzetben teljesen indokolt. Ezzel együtt azonban ugrott a menza is, ami már a hétköznapiakat egészségesen gyűró családok számára is okozhat fejtörést, mindennapos kérdés, milyen menüt kínálnak növényben lévő, szép-reményű csemetéjüknek?

A Győr+ Rádió Győr+ Este műsorában Antal Emese dietetikus, szociológus, a TÉT Platform szakmai vezetője beszélt ezzel kapcsolatban. „Fontos, hogy csökkentsük kontaktjaink számát, minimalizáljuk a boltba járást, illetve

mindig listával induljunk neki a heti bevásárlásnak” – hangsúlyozta a szakember. Főzzünk le nagyobb mennyiséget a hétvégén, egy részét dobozokba szétválogatva rakjuk a mélyhűtőbe. Egy pörkölt például kitűnő választás lehet, hiszen tálalhatjuk burgonyapürével vagy tarhonyával és savanyúsággal, készülhet belőle később székelykáposzta, illetve gulyásleves” – ajánlotta a kétgyermekes Antal Emese.

**A PIROS CSOMAGBA
TEGYÜNK CSOKOLÁDÉT
ASZALT GYÜMÖLCSÖT,
DIÁKCSEMEGÉT,
ILLETVE MANDARINT**

A piacok és a szupermarketek kínálatában továbbra is megtaláljuk a friss zöldség- és gyümölcsféléket, ezek mellett teljes értékű gabonaféléket, valamint húsféléket, tojást, tejtermékeket, olajos magvakat is fogyasszunk a kiegyensúlyozott táplálkozás érdekében. Fontos, hogy figyeljünk a megfelelő C-vitamin-bevitelre, támogassuk az immunrendszerünket D-vitamin pótlásával, és továbbra is figyeljünk a megfelelő folyadékbevitelre.

Antal Emese dietetikus felhívta a szülők figyelmét a közelgő Mikulás-ünnep kapcsán a mértékletességre. Az általunk összeállított piros csomagba kerülhet egy-két kisméretű, magas kakaótartalmú csokoládé, aszalt gyümölcs, diákcsemege, illetve mandarin. A várakozás napjait töltsük szeretetteljesen és hasznosan. Családi csapatépítőként előkerülhet hétköznapi este is egy kedvenc társasjáték, süthetünk együtt kekszet teljes kiőrlésű lisztből és sütőóktól. „Jön a mézeskalács időszaka, nálunk már hagyomány, hogy advent idején minden hétvégén nekiállunk, ilyenkor gyertyát gyújtunk, karácsonyi zene árasztja el az otthonunkat, hangolódunk az ünnepekre” – zárta a beszélgetést Emese.

GYŐR+ HETILAP Megjelenik minden pénteken, Győr és Győrújfalú közigazgatási területén. Ingyenesen terjesztve. Kiadja: Győr+ Média Zrt. Felelős kiadó: Knézy Jenő vezérigazgató. A szerkesztőség címe: 9023 Győr, Kodály Zoltán u. 32/A. Tel.: 96/511-620. Fax: 96/511-621. E-mail: szerkesztoseg@gyorplusz.hu. Hirdetési feladás: hirdetes@gyorplusz.hu. Nyomdai előkészítés: Konrád Grafika. Nyomtatás: Mediaworks Hungary Zrt., 9021 Győr, Újlak u. 4/A. Tel.: 96/504-444. Terjesztéssel kapcsolatos észrevételeiket kérjük, a terjesztes@gyorplusz.hu címen jelezzék. ISSN 2062-7912



Az ott lakók parkolási lehetőségeinek könnyítése érdekében jelentette be dr. Dézsi Csaba András a belvárosi parkolás átalakítását. Cikkünkben a legfontosabb tudnivalókat gyűjtöttük össze.

Szerző: Győr+
Fotó: O. Jakócs Péter

„Nagyon sok megkeresés érkezett azzal kapcsolatban, hogy a parkolás ingyenessé tétele miatt a belvárosban lakók nem tudnak megállni. Azt ígértem, hogy találunk megoldást a helyzetre, ezért született meg a döntés a korlátozott várakozási övezet kialakításáról – jelentette be Győr polgármestere a közelmúltban elindított Covid-19 Híradóban. Dr. Dézsi Csaba András a parkolással kapcsolatban azt is közölte, hogy az év végén lejáró bérletek érvényesek maradnak a veszélyhelyzet ideje alatt.

Az új forgalmi rend lényege, hogy az érvényes belvárosi parkolási bérlettel rendelkezők 0–24 órában parkolhatnak az I. és II. díjövezeten belüli parkolóknál. A bérlettel nem rendelkezők viszont kizárólag munkanapokon, 11–16 óra között parkolhatnak a belváros ingyenessé tett fizetőparkolóiban. Ők ezen időszakon kívül a parkolóházakban, mélygarázsban tudnak parkolni szabályosan. Fontos tudnivaló az érvényes bérlettel rendelkezőknek, hogy csak abban a zónában parkolhatnak szabályosan, ahová a bérletük szól.

A belvárosi övezeten belül továbbra is parkolhatnak a mozgáskorlátozott parkolókétyűvel rendelkezők, ahogy rakodási céllal ugyancsak meg lehet állni a várakozni tilos, vagy rakodóterület tábla hatálya alatt. Fontos változás, hogy aki eddig nem rendelkezett parkolóbérlettel, de belvárosi lakcímkártyával vagy tartózkodási hellyel rendelkezik, ideiglenes bérletet válthat ki ingyenesen a Győr-Szol Jókai úti ügyfélszolgálati irodájában. Az ideiglenes lakossági bérlet igénylőlapját online is le lehet tölteni a www.gyorszol.hu oldalról. Zöld rendszámú autóval abban az esetben lehet 0–24 órában parkolni, ha a

AMIT A BELVÁROSI PARKOLÁSRÓL TUDNI KELL

belvárosi lakcímmel vagy tartózkodási hellyel rendelkező lakos ideiglenes – és ingyenes – parkolási bérletet vált ki.

Akinek a gyermeke a belvárosba jár bölcsődébe, óvodába, iskolába, számukra lényeges információ, hogy ezen intézmények környezetében 100 méteres távolságon belül meg lehet állni a parkolóknál bérlet nélkül 10 perc időtartamra gyermekszállítás céljából. Ilyen esetekben bérlet kiváltására nincs lehetőség. Helyette a szélvédőre, jól látható helyre el kell helyezni egy papírt, amelyre a megállás időpontját kell ráírni, és innen számítva tíz percig vagyunk jogosultak a parkolásra.

A forgalmi rend változtatására vonatkozó táblákat a héten helyezték ki a belvárosi övezet be- és kihajtó kereszteződéseiben, a fokozott ellenőrzést a hatóság hétfőtől kezdi el.



Érintett utak, utcák, útszakaszok:

Móricz Zsigmond rakpart, Móricz Zsigmond alsó rakpart, Bástya utca, Apáca utca, Rákóczi utca, Türr István utca, Tátika utca, Liszt Ferenc utca, Pálffy utca, Pálffy utcai szervizutak, Kisfaludy utca, Schwarzenberg utca, Bajcsy-Zs. út, Batthyány tér, Árpád út, Szent István út, Révai utca (Nádor aluljárótól a Baross hídig terjedő szakasza), Bisinger sétány, Munkácsy u., Jókai u., Aradi vértanúk útja, Arrabona-udvar, Czuczor G. utca, Teleki út, Újvilág utca, Újkapu utca, Városház tér, Lukács Sándor utca, Gárdonyi Géza utca, Kiss János utca, Tarcsay Vilmos utca, Vas Gereben utca, Zechmeister út



Össze akar kacsintani az egész várossal, s egyre többen kacsintanak vissza rá. Tíz hónapos polgármesterségéről, a humorról, a tervekről, a belvárosi parkolásról, a helyi érdekű vasútról, egy robottechnológiai centrumról is beszél dr. Dézsi Csaba András polgármester, orvosprofesszor, akinek a szívkatéterezés is szenvedélye maradt.

HA A KARMESTER GYORSABB TEMPÓT DIKTÁL, A ZENEKAR IS GYORSABBAN JÁTSZIK

Szerző: Hajba Ferenc ▶
Fotó: Marcali Gábor



Ma is tornával kezdte a napot?

Persze, reggel hétkor, utána jöttem be a városházára.

A korai mozgás kondíciómegtartó torna, vagy egy fogyókúra része?
Mind a kettő.

Mennyire sikeres?
Jól haladunk.

Az erejét és a rendkívüli munkabírását a Facebookon bemutattott, s a Bud Spencer-filmből ismert Puffin-lekvárnak is köszönheti?

Ez csak vicc volt. A polgármester-választás kezdetén a nulláról indítottuk el a közösségi oldalamat, de amikor nyertem, akkor is csak pár ezren olvasták. Most 28 ezer lájk és 30 ezer fölötti nézettség mutatja a népszerűségét. Az ellenzék azzal próbálta meg eltántorítani tőlem a szavazókat, hogy egy fenékkal nem lehet két lovat megülni. Azt akarták, maradjak csak orvos, és ne próbálkozzak a helyi politikai vezetéssel. Most már látják, hogy mindkét munkát lehet tisztességesen, nagy lendülettel csinálni. Ezért is posztolok a kórházból, bemutatom egy-egy műtőtem eredményét, vagy akár az egész napomat. Nem hencegésből teszem, hanem annak bizonyítékként, hogy igenis lehetséges párhuzamosan több felelősségteljes feladatot

is elvégezni. Gondoljon csak bele: egy anya a nyolc óra munka után ellátja a háztartást, főz, mos, takarít, foglalkozik a gyerekekkel. Az orvosi és polgármesteri munka ehhez képest kismiska. Nekem a szívkatéterezés a szenvedélyem, és a polgármesterséget is az emberek problémái megoldásainak a feladataként élem meg. A Puffin lekvárról az hangzik el a Kincs, ami nincs című filmben, hogy „csak a Puffin ad neked erőt és mindent lebíró akaratot”, így nem hagytam ki a poént, ami alkalmas volt összekacsintani az emberekkel.

Tíz hónapja vezeti a várost. Eddig milyen ügyekben tudott „összekacsintani” a győriekkel?

Szerintem már elhiszik az emberek, hogy nem pártszempontok alapján nézem a világot. Egyéni világnézetem van, még ha ez nagymértékben egyezik is a Fidesz világlátásával, de nekem mindenekelőtt Győr számít.

Az irigylet, eredményes Győr vezetését a rendszerváltás utáni időszak legnehezebb helyzetében örökölte.

Nem akarok panaszkodni, de valóban, a Covid-19-járvány váratlan kihívása, az ebből következő gazdasági restrikciónak, a városunkban egy évtizede szinte ismeretlen munkanélküliség megjelenése, s azok mentális következményei fölborították az életünket. Néha az egész várost, máskor egy városrészt érintő kényszerű intézkedéseket kell hoznunk. A lakossági észrevételek alapján ezt folyamatosan ki-egészítjük, szükség esetén változtatjuk.

> > >



Ilyen a belvárosi parkolás átszervezése, mely-lyel a politikai értékelők szerint ügyesen kibűjt a veszélyhelyzetben hozott rendelet alól.

Ez félreértés. A győri belváros parkolása csapnivalóan szervezetlen volt legalább két évtizede. Ezt mindenképpen át kellett alakítani. A lakossági észrevételek alapján ezt folyamatosan kiegészítjük, szükség esetén változtatjuk.

Az egyik kommentelő azt ígérte a Facebook-oldalon, hogy ha megoldja a belvárosi parkolást, saját karjára tetováltatja a polgármester nevét. Számon kéri rajta?

Nem várhatom el senkitől, hogy a nevemmel maradandó jelet hozzon létre a testén. Úgy tekintem, hogy ez az ő részéről is egy poén volt. A humorral dicsérni és kritizálni is lehet. Amikor mémeket gyártanak rólam, azt kedves dolognak tartom, a „nemtetszés-nyilvánítás” intelligens formájának. Ezeket meg is szoktam osztani. Amíg egy városnak humora van, addig nagy baj nem lehet. Amikor a városházára bejöttem, fagyos légkörben találtam magam...

Féltek öntől?

Inkább tartottak. Olyan tempót diktáltam, ami korábban nem volt. Ha a karmester gyorsabb tempót diktál, a zenekar is gyorsabban játszik. Csak a humor persze nem segített volna, a kulcsszó a bizalom. Rájöttek a munkatársaim, hogy fontos a véleményük, s nem elszigetelten, hanem közösségben dolgozunk. Ettől az emberek nagy része feloldódott. A legtöbb gond egyébként nem a hivatalban volt, hanem az önkormányzat saját cégeinél. Pedig egyszerű a követelmény: gyorsabban, jó minőségben, és olcsóbban. A pénz észszerű beosztása feltétele lett a munkának.

Humor, vagy a protokollal szembeni kritika része, hogy olló helyett jelképesen, a két ujjával vágja át a szalagot valamilyen létesítmény ünnepélyes átadásakor?

Valóban, egy kicsit a szalagátvágási protokoll fricskájának szánom. Soha nem volt szimpatikus nekem, amikor rengeteg ember szalagot vág át, mindig művinek hatott. A célba befutó sportoló sem ollóval vágja át a célszalagot, hanem a szalag lehull a sportoló teljesítményének az erejétől.

Milyen folyamatokat sikerült elindítani az elmúlt tíz hónapban, ebben a bizonytalan, kiszámíthatatlan helyzetben?

Az a legfontosabb, hogy mentalitásváltozást értünk el. Elfogadták a munkatársaim, hogy nem választási ciklusokban kell gondolkodni, hanem stratégiákban, 25–30 évvel előre. Jövőképet kell alkotnunk. Például arról, hogyan hozunk létre egy új városrészt, kulturális negyedet a Rába-gyár kihasználatlan területén. Egy leendő beruházás, fejlesztés minden majdani

hatását át kell gondolni. Ha lakásokat építünk, tudnunk kell, hány ember él majd ott, hova mennek bevásárolni, melyik óvodába, iskolába járhatnak a gyerekek, hogyan zajlik a közlekedés. Vagyis milyen kapcsolatrendszereken keresztül élük mindennapi életüket az ottani emberek. Csak élhető lakóterületeket engedünk építeni, ezért változtatási tilalmat rendeltem el néhány területre. A vállalkozók egy része ezt megértette, s van olyan is, aki nem. Pedig tartathatnánk, hogy a szocialista rendszerben épült panelrengeteg sokszor átgondoltabbak voltak, mint az elmúlt másfél évtized épületegyüttese és környezetük.

A GYŐRI BELVÁROS PARKOLÁSA CSAPNIVALÓAN SZERVEZETLEN VOLT LEGALÁBB KÉT ÉVTIZEDE

Visszatérve a kulturális negyedre: miért ennyire fontos ez a projekt?

Szerintem egy polgármesternek olyan dolgot kell létrehoznia, ami nyomot hagy a város történelmében. Baross Gábor, Zeichmeister Károly ezt elérte, s én hozzájuk akarom mérni magam.

Eddig a Rába miatt nem tudott vele valamit kezdeni?

Ismert, hogy voltak ingatlanspekulánsok, akik gettószerű lakótelepet építettek volna, ám a gyár egykori területén annyi az alépítmény, hogy a rekultiváció elvitte volna az extra profitot.

Az önök városi jövőképében milyen lesz ez negyed?

Egy szigetet hozunk létre – egy hajózható Mosoni-Duna-csatorna kialakításával –, ahol felépülhetnek az attraktív épületek, köztük egy ifjúsági palota, hiszen a város ifjúsági házát lebontották. A szigetet folyóparti sétánnyal kötönnék össze az egyetemmel, tehát megközelíthető lesz gyalog, kerékpárral, autóval, vagy éppen elektromos kishajóval is. Tervezünk egy olyan innovációs centrumot is, mely a robottechnológia egyik európai központja is lehet.

Azt miért nem az ipari parkba szánják?

Az már kezd betelni, másrészt ez a centrum tudományos, ipari és oktatási intézményként is funkcionál. Azt is figyelembe vettük: ott van a Szeszgyár, mely előbb jelent meg a városészen, mint a lakóházak. Az innovációs központot

én átmenetnek szánom a gyár és a majdani lakóépületek között.

A közelmúlt egyik közgyűlésén bejelentette: 101 milliárdot kért az illetékes minisztériumtól a kötőtpályás közlekedésre. Ez az elképzelés mit jelent pontosan?

A csatolt városrészeket helyi érdekű szerelvényekkel kötnénk össze a belvárossal és az ipari parkkal, így csökkenteni lehetne az autós közlekedést. A belváros annyira be van építve, hogy új utakat tervezni, a régiakat szélesíteni nem lehet. Nincs más megoldás, mint alternatív közlekedéssel kiváltani az autósforgalmat. Az is a terveim között szerepel, hogy a Gárdonyi-iskolától – a kórház érintésével – a temetőig villamost üzemeltetünk, mely később körjáratáá fejleszthető.

Ezenkívül milyen beruházások vannak előkészületben?

A miniszterelnök úr azt kérte, hogy térképezzük fel az azonnal indítható, munkahelyteremtő beruházásokat. Az Apátúr-ház teljes felújításának a tervei készek, azokat már be is nyújtottuk, az épület közművelődési funkciót kap, szeretnénk visszaköltöztetni a múzeumot is. Megvásároltuk a Spartacus-csónakházat, annak a tervei még nincsenek olyan állapotban, hogy elkezdjük a beruházást. A csapadékvíz-elvezetés fő gondja, hogy a belvárosban nincs elkülönítve a szennyvíz a csapadékvízről. Ezenkívül feltehetőleg rengeteg illegális bekötés terheli a rendszert. A hálózatot hosszú évek óta nem tisztították, első lépésben ezt kell pótolnunk. Sáráson rövidesen végre elindul a csatornázás, és még hosszan sorolhatnám a terveket.

Politikusok nemigen beszélnek a magánéletükről, ön azonban a szenvedélyeit, s élete rengeteg mozzanatát megmutatja a Facebookon. A jelek szerint van ideje otthoni életet is élni, s nem csak aludni jár haza.

Feleségem rengeteg terhet levett a vállamról, az üzleti tevékenységet, az adminisztrációt, s örömmel gondolja az állatokat. Amikor Covid-fertőzéssel otthoni karanténba voltunk zárva, csibéket keltetett, az első tojásból született Pihe, amit az állatkertbe helyezünk el, ő lesz a város kakasa. Papagájokat tartunk, ez közös élmény, lehet velük beszélgetni.

Mi volt a legmeglepőbb megszólalásuk?

Sári, a jákópapagáj mindennap úgy üdvözlí a sofőrömet, hogy „szia Zsolti.” Amikor Zsolti betegség miatt nem jött, minden reggel megkérdezte: „Zsolti hol van?” A Gerzson és Panka mesekönyvem megjelent németül és angolul, a spanyol és az orosz kiadása folyamatban van. Ezenkívül tesztelés alatt áll egy újabb tabletám, ami a kitágult vénás ereket tartja karban. Nézze, én nem titkolom el sem az életemet, sem az érzéseimet. Hiszek abban, hogy a nyitott városvezetés megnyitja az embereket.

A SORS KEGYELTJEI

INTERJÚ VELEKEI LÁSZLÓVAL, A GYŐRI BALETT IGAZGATÓJÁVAL

„Csak egészség legyen! Minden rosszban van valami jó!” – ezen elcsé-
pelt mondatok ma már felértékelődnek, sőt becses kincsé válhatnak,
ha ezeket a gyakorlatban is birtokoljuk. Minden idegszálunkkal azon
vagyunk, hogy egészségünk megtartása mellett pozitív hozzáállásun-
kat se veszítsük ebben a kiélezett járványügyi helyzetben. Mint is-
mert, november 11-én a színházak bezárták kapuikat közönségük
előtt, a művészek azonban továbbra is dolgozhatnak a kulturális in-
tégzményekben. Ez igaz a Győri Balett társulatára is, a táncművészek
egészségesek, mi több, jelenleg három új darabon dolgoznak, az
együttes pedig tele van tervekkel. Ezekről, illetve a józan belátás ké-
peségéről Velekei László igazgatót kérdeztük.

Szerző: Farkas Mónika ▶
Fotó: O. Jakócs Péter



A tavaszi időszak tapasztalataival a hátam mö-
gött az idek, neheztelt évad eleje óta arról be-
szélek, hogy egy művésznek nincs szomorúbb
pillanata, mint amikor elveszíti közönségét –
kezdi Velekei László. – Mindannyian tudtuk, hogy
bekövetkezik, amit jóstak, elér majd bennün-
ket is a járvány második hulláma, ezért minden
előadásunkat ajándékként éltük meg, hogy ta-
lálkozhattunk a közönségünkkel. Felkészülten
vártuk, és az eredményeket látva jól védekez-
tünk a járvánnyal szemben. Már augusztus vé-
gén bevezettük a mindenkire érvényes Covid-
protokollt. A maszkviselés, a lehetséges távol-
ságtartás, a fertőtlenítés eredményre vezetett,
az elmúlt időszakban öt táncost kellett tesztel-
nünk, mindenki ne-
gativ lett. Hivatá-
sunkból fakad, hogy
jól tűrjük a nehézsé-
get és fájdalmat, a
társulat fegyelme-
zett, követi a jár-
ványügyi szabályo-
kat, a táncosok tény-
legesen csak a stú-
dió, a színház és az
otthonuk között mo-
zognak.

**Rátermet, jó vezető, bölcs és határozott, elő-
relátó útmutatások. Hideg fej, forró szív – ak-
kor ezek nemcsak a karmesterek, de a balett-
igazgatók ismérvei is?**

Idén, 2020-ban semmit nem adnak könnyen,
mégis úgy érezzük, megkapunk mindent, ezért

sem szabad feladnunk. Szerencsések vagyunk,
meg tudtuk tartani a tervezett bemutatóinkat,
még nyáron elindult a csecsemőszínházunk,
terveink szerint december 19-én tárjuk a kicsik
és nagyok elé a Kippkopp karácsonya című má-
sodik darabunkat. Körforgás estünk győri bér-
letes és budapesti bemutatója nagy sikert ara-
tott, a tavalyi évadból bepótoltuk az Anna Ka-
renina előadásokat, a szarvasi és a debreceni
közönség is bizalmat szavazott nekünk. Elma-
radnak viszont a december 2-ai és 3-ai Körfor-
gás estek, ezeket a későbbiekben pótoljuk, re-
mélhetőleg már közönség előtt. A sors igazán
kegyeibe fogadott minket.

**Szerencsés és irigylésre méltó állapot. Mint
igazgató, nem tapasztal semmi megtorpa-
nást, hezitálást vagy kétségbeesést? Minden-
ki maximálisan teszi a dolgát a nehezítő körü-
lmények ellenére is?**

Talán szerénytelen-
nek tűnök, de van egy
olyan érzésem, hogy
azért vagyok most
ebben a pozícióban,
mert tudom a vála-
szokat, szakmailag
átlátom és értem az
együttes működését,
tudom, hova kell húz-
ni a hangsúlyokat,
amikor ilyen nehéz-

ségekkel nézünk szembe. Habitusomból fakad,
hogy mindebben a lehetőséget látom meg. Tele
vagyunk tervekkel, fejlődünk, decemberben pél-
dál elindítjuk online boltunkat a Győri Balett ál-
tal használt környezettudatos termékekkel, és
filmet forgatunk a „Ne bánts!” című előadásunk-
ból. Rengeteg kihívás vár még ránk, de ami a leg-



fontosabb, mindenki egészséges, és erre helyez-
zük a fő hangsúlyt! A győri önkormányzat és a
város közönsége mellettünk áll, érezzük, hogy
ránk most nagy szükség van. Lelki és szellemi
töltöttséget tudunk mutatni még ebben a nehéz
helyzetben is. Ez a művészet szerepe és ereje.

**A társulatot nagy megtiszteltetés érte, ugyan-
is a Művészetek Palotájának együttese lett az
idei évadban, mi történik a november 26-ra
meghirdetett premierrel?**

Áttettük december 10-re, de természetesen
csak online tudjuk megtartani. Sztravinsz-
kij/Bartók est – múlt hét szerdái ez a néven
futott, Bartók Béla zenéjének jogtulajdonosa
azonban nem járult hozzá azokhoz a dramatur-
giai változtatásokhoz, amit megtettünk Csepi
Alexandrával. A kényszerűség egy újabb lehe-
tőséggel ajándékozott meg bennünket, A cso-
dálatos mandarin alapján megszületett a Mimi
című táncjáték, Matuza Adrienn és Daichi
Uematsu főszereplésével, igaz, Lukács And-
rás és az én koreográfiám sikeres legyen a Mű-
vészetek Palotájában. Nekik köszönhetek min-
dent, sohasem hagynak cserben, hogyan ad-
hatnám fel, akár egy pillanatra is?

**SZERENCSEK
VAGYUNK,
MEG TUDTUK TARTANI
A TERVEZETT
BEMUTATÓINKAT**



A karácsony mesés varázsa

TV, internet és telefon csomagja mellé Berlinger Haus kenyérpirító lehet az ajándék.



A tájékoztatás nem teljes körű. Részletek a weboldalunkon.

vidanet.hu

A 41 éve épült aluljáróban nagy esőzések idején akár félméteres víz is állt. A problémát egy csapadékvíz-átemelő szivattyú beépítése orvosolta.



JEREVÁNI ÚTI ALULJÁRÓ: MEGOLDÓDOTT A CSAPADÉKVÍZ- ELVEZETÉS PROBLÉMÁJA

Szerző: Papp Zsolt
Fotó: Marcali Gábor

„Hosszú évek óta fennálló problémát oldottunk meg, hiszen a Jereváni úti aluljáróban is gyakran okozott gondot a nem megfelelő vízvezetés. Sokszor térdig érő víz állt itt, amit ki kellett szivattyúzni, majd fertőtleníteni, hogy újra használható legyen a vasút alatti átkelő” – ismertette dr. Dézsi Csaba András polgármester a korábbi problémát, amelyet egy átemelőszivattyú beépítésével oldottak meg. Az új rendszer a közelmúltbeli esőzések idején már jól vizsgázott.

„Ez egy több mint négy évtizede épült létesítmény, amely fontos szerepet tölt be a terület gyalogos közlekedésében, ám korábban a vízvezetési hiba miatt nem mindig lehetett használni az aluljárót” – mondta a

helyszínen Radnóti Ákos alpolgármester, a terület önkormányzati képviselője. Kiemelte, a meglévő vízvezetési problémák orvoslása mellett az új fejlesztéseknél külön figyelnek a megfelelő kapacitásra, ahogy ez a napokban befejeződött Régi Szentiváni úti fejlesztés esetében is történt.

Prédl Antal, a győri Útkezelő Szervezet vezetője a technológia működését ismertette. Az aluljáróban egy folyókarendszer gyűjti össze a vizet, amely egy szivattyúházhhoz kerül, innen a Szauter úti csapadékvíz-elvezető csőbe nyomja be az esővizet a szivattyú. Hozzátette, vakolatcserét és só elleni védőbevonatot kapott az aluljáró Lidl áruház felőli oldala, mert a korábbi esőzések miatt az oldalfal vakolata leomlott. A korszerűsítés és a karbantartó munka 15 millió forintba került.

RÁBA QUELLE: A FÜRDŐ ZÁRVA, A GYÓGYÁSZAT ÜZEMEL

A győri Rába Quelle Fürdő tájékoztatja vendégeit, hogy a kormány 484/2020. (XI. 10.) rendelete alapján a termál- és élményszerdő működése határozatlan ideig szünetel! (A forgalomban lévő bérletek természetesen az újrainyitást követően meghosszabbításra kerülnek és felhasználhatóak lesznek.) Az RQ Fizioterápiás Centrum viszont továbbra is várja a gyógyulni vágyókat.

Kezelési időpont egyeztetése, fürdőorvosi vizsgálatra történő bejelentkezés: hétköznapiokon 8 és 16 óra között, telefonon (96/514-905) vagy személyesen a gyógyászat recepcióján (9025 Győr, Fürdő tér 1.).



ÉPÍTŐANYAG AKCIÓ!



TETŐCENTRUM®

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

TETŐFEDŐ ANYAGOK ÓRIÁSI VÁLASZTÉKBAN, FÓLIA, TETŐTARTOZÉK, ERESZCSATORNA ÉS BÁDOGOS ÁRU, TETŐABLAK, ÁRNYÉKOLÓ, FÉNYCSATORNA, PADLÁSLÉPCSŐ, VÍZSZIGETELÉS, HŐSZIGETELÉS, TETŐFESTÉK, KÉMÉNY, HOMLOKZAT-, ERESZ- ÉS FALBURKOLAT

GYŐR RENDJÉT VIGYÁZZA A VÁROSRENDÉSZET

Dr. Dézsi Csaba András polgármester volt a Győr+ Rádió szokásos csütörtök reggeli műsorának a vendége, aki a sok-sok aktuális téma mellett a győri Városrendészet feladatairól is beszélt a hallgatóknak.

„Győrben szükségesnek éreztem egy olyan hatékony bevetési csoport létrehozását, amely folyamatos közterületi ellenőrzést végez, a zöldterületek védelmét, a lakosok szubjektív biztonságérzetét növeli” – hangsúlyozta dr. Dézsi Csaba András. December 1-jétől találkozhatunk az utcákon az újonnan alakult Városrendészet munkatársaival, akik állandó jelenlétet, napi 24 órás szolgálatot látnak el. A polgármester határozott és szakszerű fellépést vár el tőlük, ahogy azt a közrend és az új kihívások megkövetelik. A városrendészeknek egyenruhájuk lesz, testkamerát kapnak, tonfát, rendőrbotot, gázspray-t és bilincset is hordanak maguknál. A gépjárműveiken pedig

jól látható lesz a szervezet neve és logója. Az új egység munkatársai speciális fizikai és pszichikai teszteken estek át, szakvizsgát tesznek. A Városrendészet szoros és hatékony együttműködésben dolgozik a városi rendőrséggel.

„Felkértem Sütő Csabát, a győri Hajléktalanokat Segítő Szolgálat vezetőjét is, hogy tanácsadóként segítse a Városrendészet munkáját. Fontos, hogy a hajléktalankérdést, főleg a mostani covidos időben, etikusán, emberi módon és szabályosan kezeljük” – tájékoztatót a polgármester.

„Minden olyan kérdésnek, ami reális, ami emberi, ami ahhoz kell, hogy jobban érezzük magunkat még ebben a járványhelyzetben is, és ami ahhoz szükséges, hogy jobban működjön Győr, próbálunk eleget tenni” – emelte ki a polgármester.

Dr. Dézsi Csaba András Facebook-oldalán várja a győriektől azokat a kéréseket, javaslatokat, amelyek az új szervezet munkájával kapcsolatosak, valamint hogy ellenőrzéseik során mely területekre fókuszáljanak a Városrendészet munkatársai, szakemberei. (x)



GYŐRI
TÉRSÉGFEJLESZTÉSI
ÉS PROJEKTMENEDZSMENT KFT

**PÁLYÁZATÍRÁS ÉS
PROJEKTMENEDZSMENT,
ÜZLETI TANÁCSADÁS**

 **GYTP.HU**

ELKÉSZÜLT A KODÁLY ZOLTÁN UTCAI KERÉKPÁRÚT

625 millió forintos kerékpáros infrastruktúra-fejlesztés zajlik a városban, amelynek újabb eleme készült el. Most már biztonságosan kerekeshetünk a Kodály Zoltán utcában is.

Szerző: Papp Zsolt
Fotó: O. Jakócs Péter

„A város több pontján párhuzamosan fejlesztjük a kerékpárutakat, amelyre több mint 600 millió forintot nyert a város TOP-os forrásból. A Tatai úton már elkészült, most a Kodály Zoltán utcai beruházás is befejeződött, és már a Régi Szentiváni úton is biztonságosan közlekedhetünk – fogalmazott dr. Dézsi Csaba András. A polgármester hozzátette, a Kodály utcában 115 méter hosszú, önállóan vezetett és 600 méter burkolati jellel elválasztott vegyes gyalog- és kerékpárút épült. A fejlesztéssel az

Ifjúság körút és a Földes Gábor utca között a teljes szakaszon, mindkét oldalon kijelölt kerékpárúton közlekedhetnek a kerékpárosok.

„Egy fontos adyvárosi kerékpáros tengely épült ki, és vált biztonságossá, hiszen ezen a szakaszon korábban nem volt önálló kerékpárút, a biciklisek az úttesten, illetve a járdákon közlekedtek. A beruházás jól kapcsolódik az Ifjúság körúthoz, ahol már mindkét oldalon megépült az új bicikliút” – emelte ki Radnóti Ákos alpolgármester.

„Újabb fontos kerékpárút-fejlesztés valósult meg Adyvárosban és újabb fejlesztés is indul a városrészben. Igaz, ez most nem kerékpárút-, hanem iskolafejlesztés lesz. A kezdeményezésemre jelentős felújítás valósul meg a Fekete István Általános Iskolában. Az itt élőkkal közösen fejlesztjük továbbra is a városunkat” – nyilatkozta lapunknak Kara Ákos országgyűlési képviselő.

Dr. Szalasy László önkormányzati képviselő hozzáfűzte, a beruházásban két forgalomcsillapító pódium is készült az út páros oldalán lévő par-



koló déli bejáratánál, lassításra kényszerítve ezzel a gépjárműveket, így téve biztonságosabbá a parkolóban való közlekedést is. A Kodály utca 2. szám előtti szakasz vízelvezetési problémája is megoldódott az új aszfaltburkolattal. „Ezzel a fejlesztéssel tovább bővült választóközterem kerékpárút-hálózata, amit a Környezetvédelmi Bizottság elnökeként külön üdvözlök.”

A Kodály utcai fejlesztés során összesen 715 méter szakasz készült el mindössze 80 nap alatt, ötvenmillió forintból.

A Győr-Moson-Sopron Megyei Kereskedelmi és Iparkamara számára kiemelten fontos a hiteles, megbízható és minőségi szolgáltatást nyújtó vállalkozások elismerése. Ezt a célt szolgálja az öt évvel ezelőtt megszületett, a „Kamara által AJÁNLOTT vállalkozás” védjegyprogram. A védjegy egyfajta ajánlás – azt üzeni a partnereknek, ügyfeleknek, hogy a védjegyes vállalkozásokban megbízhatnak!

KÖZEL SZÁZ VÁLLALKOZÁS NYERTE EL A VÉDJEGET

A minősítést pályázat útján lehet elnyerni, a pályázatokat szigorú szempontrendszer alapján értékelik. Ötéves lett a védjegyprogram, s sikere egyértelmű. Évről évre többen pályáznak és vehetik át a „Kamara által AJÁNLOTT vállalkozás” tanúsítványt.

Miért érdemes védjegy tulajdonosnak lenni?

- A védjegy tulajdonosok egy minőségi üzleti közösség tagjai lehetnek.
- Marketinglehetőséget kapnak.
- A védjegy tulajdonosokat előnyben részesíti a többi védjegyes vállalkozás beszállítók kiválasztásánál, valamint kifizetéseikkor.
- Minőségi szolgáltatásaival kiemelkedhet a védjegyes vállalkozás a többi közül.

Idén 88 vállalkozás nyerte el ezt a minősítést, közöttük 13 vállalkozás először, 75-en pedig megújították védjegyüket. A megújítók nagy száma az ékes bizonyítéka annak, hogy a program működik. A vállalkozások maguk tapasztalják a védjegy adta előnyöket – az új partnereket és ügyfeleket, a jó hírnevet, a presztízt –, s ezért újra és újra pályáznak. A védjegytadó ünnepségre a járványhelyzet miatt később kerül sor, ám a védjegyes vállalkozásokat bemutató kiadvány megjelent, a kamara ügyfélszolgálatán megtekinthető.

A „Kamara által AJÁNLOTT vállalkozások” nem okoznak csalódást partnereiknek, ügyfeleiknek. A védjegyes vállalkozások neve összeforr a hitelességgel, a minőséggel, a szakmaisággal, a biztonsággal. Ez a bizalom védjegye! (X)



TÖBB MINT FLOTTAKEZELŐ

„Rugalmasság. Ügyfélközpontúság. Profizmus.” – áll az EWT Fleet Kft. egyik szóróanyagán. A győri telephellyel rendelkező céget bő egy évvel ezelőtt alapította négy vállalkozó, akik egy személyes kapcsolaton alapuló, ügyfélközpontú flottakezelő vállalkozást szerettek volna megvalósítani. Mind a négy tulajdonos rendelkezik az ennek kialakításához szükséges tapasztalattal, és mindannyian egyetértettek abban, hogy sok jó flottakezelő üzemel az egész országban, de a legtöbben nincs meg a nagyon személyes, szinte baráti kapcsolattartás az ügyfelekkel.

„Nagyon fontosnak tartjuk azt, hogy a partnereinkkel olyan bizalmi, üzleti kapcsolaton talán minimálisan túlmutató viszonyt alakítsunk ki, melyben az ügyfelek bátran fordulhatnak hozzánk a problémáikkal, üzleti kérdéseikkel, vagy olyan dolgokkal, amiben mi tudunk nekik segíteni” – mondta Varsányiné Virág Viktória, az EWT Fleet Kft. ügyvezetője. A cég fő profilja a gépjárművek tartós bérbeadása, de emellett számos egyéb szolgáltatást nyújtanak ügyfeleik részére. Fog-



lalkoznak többek között gépjármű-értékesítésel, hitel- és biztosításközvetítéssel is.

Két győri, egy tatabányai és egy budapesti tulajdonosa van a vállalatnak, akik együtt több évtizedes vezetői, valamint járműipari tapasztalattal rendelkeznek. „Az országosan ismert, nagy flottakezelőkkel árversenyben rendkívül nehéz talpon maradni, de nem is ez a fő célunk. Meglátásunk szerint, ha az ügyfél megkapja a már koráb-

ban említett megbízható, személyes kapcsolatot, a kiemelkedő – prémium – kiszolgálást, az a döntésében legalább akkora súllyal játszik szerepet, mint az ár. A nagy flottakezelők egyik fő gyengesége az ügyfélszolgálatuk, illetve ügyintézési eljárásaik; hosszas várakozás, hiányos információkkal rendelkező, nem kompetens operátorok, lassú reakcióidő, sablonos megoldások és a rugalmasság hiánya. Ezeken a területen tudunk mi versenyképessé válni” – vallja az ügyvezető. (x)



Vegye igénybe az EWT Fleet Kft. szolgáltatásait:
www.ewt-fleet.hu ■ telefon: 70/882-8166 ■ e-mail: info@ewt-fleet.hu

156 millió forintból újult meg a Szentiváni út Alsókert utca és az ipari park közötti szakasza. Az úttest felújítása mellett új kerékpárút is épült.



KÖNNYEBBEN, GYORSABBAN AZ IPARI PARK FELÉ

Szerző: Papp Zsolt
Fotó: Marcali Gábor

„Augusztusban indult, és alig több mint három hónap alatt elkészült a fejlesztés, amely gördülékenyebbé teszi az ipari park megközelítését a gépjárművel és a kerékpárral közlekedőknek egyaránt” – mondta dr. Dézsi Csaba András polgármester.

Az útpálya egy részén a teljes pályaszerkezet, más részén pedig az aszfaltreteg újult meg összesen 427 méteren. Az út mindkét oldalán kiemelt szegély, a teljes szakaszon zárt csapadékvíz-elvezető rendszer is épült, és az ivóvízvezeték-gerincet is bővítették. Radnóti Ákos alpolgármester jelezte, az útszakasz vízelvezető rendszerét már a nagyobb kapacitású, kombinált víznyelőkkel építették, amelyek a nagy esőzések idején is biztosítják a megfelelő vízelvezetést.

Egy másik TOP-os pályázat révén zajlik a városi kerékpárút-hálózat bővítése, amelynek keretében a Szentiváni úton az utca északi oldalán, az útpályától elválasztva, egy oldalon vezetett kétirányú, aszfaltburkolatú, 474 méter kerékpárút is épült.

„A közelmúltban elkészült Tatai úti kerékpárúttal együtt a Szentiváni út fejlesztése is egy nagyon fontos beruházás a környéken lakók és az ipari parkban dolgozók biztonságosabb közlekedése érdekében” – fogalmazott a helyszínen Hajszán Gyula, a körzet önkormányzati képviselője.

Simon Róbert Balázs, a terület országgyűlési képviselője lapunknak elmondta, a Szentiváni út egy forgalmas összekötő út, ezért is volt fontos a komplex fejlesztés, amely során az útburkolat felújításán túl megoldódott a csapadékvíz elvezetése, és a korábban hiányzó kerékpárút is kiépült.



A Győr Megyei Őszi Tárlatot hagyományteremtő szándékkal első ízben rendezte meg a Rómer Flóris Művészeti és Történeti Múzeum azzal a céllal, hogy a friss alkotások bemutatásával keresztmetszetet adjon a győri régió művészeti életéből.

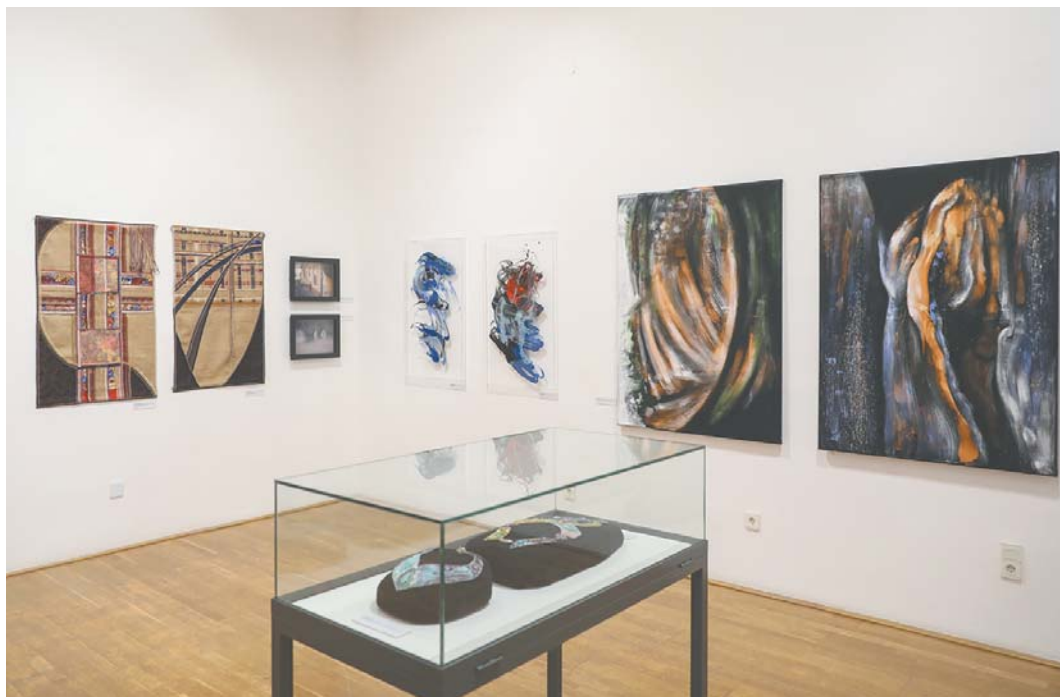
GYŐR MEGYEI ŐSZI TÁRLAT – ONLINE **FÉLSZÁZ HELYI ALKOTÓ** **LEGFRISSEBB MUNKÁIT MUTATJÁK BE**

Szerző: **Földvári Gabriella**
Fotó: **Marcali Gábor**

A Rómer Flóris Művészeti és Történeti Múzeum és az ART9000 Alkotó Rajztanárok Társasága nyílt pályázatot hirdetett Győrben és a Győri, Téti és Pannonhalmi járásban élő vagy innen elszármazott képző- és iparművészek számára. A tárlatra 55 művész 103 alkotással nevezett, melyek közül 50 alkotó 73 munkáját válogatta be a zsűri. Ézsiás István szobrászművész, Hegyeshalmi László festőművész és Kövesdi Mónika művészettörténész döntött a díjazottakról is.

A hiánypótló rendezvényt élénk érdeklődés kísérte, melyet a résztvevők magas száma és a kortárs művészet minden területéről beérkezett gazdag anyag bizonyítja. A pályázati munkákból megállapítható, hogy kiemelkedően sok a neves művészek által készített kvalitásos munka, illetve külön figyelmet érdemelnek a progresszív műveket alkotó fiatal művészek munkái is – emelte ki Székely Zoltán múzeumigazgató a virtuális kiállítás megnyitója kapcsán.

A tárlatot Hegyeshalmi László festőművész, a veszprémi Művészetek Háza igazgatója ajánlotta a nézők figyelmébe online. „Értékes és fontos az Őszi Tárlat, hiszen egy izgalmas áttekintést ad a Győrben és a város környékén élő művészek munkásságáról, arról, hogy mik foglalkoztatják



őket, milyen technikai megoldásokat alkalmaznak. Műfajilag is változatos a kiállítás, a festészeti és grafikai művek mellett iparművészeti alkotásokat is láthatunk, többek között Hefter László üvegművész és tanítványainak munkáit” – hangsúlyozta Hegyeshalmi László. Hasznos bemutatkozási lehetőség ez a tárlat a művészeknek, ahol kiállíthatják legfrissebb alkotásaikat, a nézők pedig megismerhetik azokat az alkotókat, akik velük egy városban, közöttük élnek.

Farkas Vajk Győr Megyei Jogú Város díját, Sebestyén Ákos a Rómer Flóris Művészeti és Történeti Múzeum díját vehette át. A díjazott alkotóktól egy-egy munkát megvásárol az intézmény, mellyel a múzeum kortárs képzőművészeti gyűjteményét gyarapítják.

A tárlatot virtuálisan a www.romer.hu weboldalon lehet megtekinteni.
(x)

A munka a megfelelő övintézkedések mellett folytatódik a győri kulturális intézményekben. Online előadásokkal, kiállításokkal, koncertekkel készülnek a nézők kiszolgálására a társulatok, a kultúra területén dolgozók.

BÖJTE CSABA FÜVESKÖNYVE, A MIKULÁS SZÁNJA, BABAKIÁLLÍTÁS

ONLINE TÉRBE KÖLTÖZIK A KULTÚRA

Összeállította: Földvári Gabriella
Fotó: Marcali Gábor



A Győri Filharmonikus Zenekar a meghirdetett „Megtartva” évadának megfelelően készül a bérletes koncertekre, amelyeket online tartanak meg. A hangversenyeket előző nap rögzítik, majd a zenei felvételt a koncert meghirdetett időpontjában eljuttatják a hallgató-sághoz. A Flesch Károly hangversenybérlet nyitókoncertjét Fúvósegíyűttes címmel felvételtől sugározza a Győr+ Rádió november 22-én 16 órától. A kamarakoncerten közreműködnek a Győri Filharmonikus Zenekar művészei Berkes Kálmán vezényletével és dr. Szabó Balázs zenetörténész ismertetőjével. Az online koncertek mindenki számára ingyenesek. A zenekar tagjai között igyekeznek csökkenteni a kockázatot, ezért a próbákban több szünetet tartanak, tartják egymás között az előírt távolságot. A vonósoknak kötelező a maszkviselés, valamint őket a fúvósoktól plexifal választja el a közös próbák, a koncertek alatt.

A Dr. Kovács Pál Könyvtár és Közösségi Tér minden szolgáltatási helye és pontja zárva tart. Könyvkölcsönzésre úgy biztosít lehetőséget az intézmény, hogy a már beiratkozottak az online katalógusból kiválaszthatják a könyveket és azokat e-mailben (olaszoszolgalat@gyorikonvtar.hu), vagy telefonon (96/516-676, 96/328-022) tudják félretetni. A könyveket a Központi Könyvtár Felnőtt Olvasószolgálatának (Herman O. u. 22.) bejáratánál hétfőn, szerdán, csütörtökön és pénteken 9–18 óráig lehet átvenni. A meghirdetett rendezvények elmaradnak. A tervezett Novemberi Könyvnapok elnevezésű rendezvény programjai közül kettőt élőben közvetítenek a könyvtár Facebook-oldalán. November 26-án 17 órától a Hogy született Bójte Csaba füveskönyve? című könyvvel kapcsolatban lesz beszélgetés, november 28-án 18 órától pedig Mészáros Urbán Szabó Gábor: A győri regény című munkáját mutatják be. Az online közvetítés megtekintése ingyenes.

A Rómer Flóris Művészeti és Történeti Múzeum kiállításai sem látogathatók. Az érdeklődők a

múzeum honlapján (www.romer.hu), a közösségi oldalakon (Facebook, Instagram) kísérhetik figyelemmel a folyamatosan bővülő digitális tartalmakat. Így látható a Megyei Őszi Tárlat online megnyitója, és maga a tárlat is virtuálisan. Az ünnepre hangolódva készül egy babakiállítás

dent termő fát. A bábszínház társulata nagy titkok leleplezésére is készül A Mikulás új szánja című előadás próbái során, melyek jelenleg is zajlanak. A produkciót december 6-án 11 órai kezdettel tekinthetik meg a gyerekek a Vaskakas Bábszínház Youtube-csatornáján. A Győr+ Rádió



Wiedra Berzsényi Mónika Győr városának adományozott textilbaba-gyűjteményéből, melyet a Gyermekmúzeumban állítanak ki. Ez a tárlat is online, egy kisfilm formájában lesz elérhető. A múzeumi munka ezekben a hetekben is gőzerővel folyik, többek között a teljes múzeumi gyűjtemény digitalizálása, nyilvántartási rendszerbe rendezése zajlik. Az intézmény jövőre tervezi online formában mindenki számára elérhetővé tenni a már digitalizált múzeumi tárgyak gyűjteményét.

A Vaskakas Bábszínház művészei a Mikulásra készülnek. Köz tudott, hogy minden télen a Vaskakasban

száll meg a Mikulás, a számára kiépített Mikulás-házban. Az építkezés folyik, a Vaskakas épülete kívül-belül hamarosan egy elvarázsolt mesepalotává változik át. Az idén egy „szabadtéri” helyszínt is létrehoznak a vaskakasosok, a Mikulás téli kertjét. A győri gyerekek ha másképp nem, majd az online térben tekinthetik meg a nyalókaültetvényt, a mikulásvirág-ágyást, és a min-

kezdemenyezésére hangjátékot készítenek a művészek A kismalac és a farkasok című előadásból, melyet a Győr+ Rádió sugározni fog.

A Generációk Háza tematikus heteket tervez kézműves videókkal, alkotói felhívásokkal. A „Télen is Zölden! – Ökokarácsony a Generációk Házával” programsorozatban sok „újrahasznos” ötlettel várják a családokat az online térben. Hétfőnként „Nézelődj, készülődj!” – ünnepi dekorációs ötleteket kaphatnak az érdeklődők, keddenként „Ha kedd, akkor kézműveskedj”, amikor a kreatív videók segítségével a karácsonyhoz kapcsolódóan adnak ötleteket. Szerdánként „Csomagoljunk pikk-pakk” – ünnepi ajándécsomagolási ötleteket kaphatnak a nézelődők. Csütörtökönként „Légy te is alkotó!” címmel a karácsonyhoz kapcsolódó képes illusztrációkat, saját verseket és meséket várnak a szervezők. Péntekenként a Mesebeli Téli Győr – Télen is Zölden alkotó pályázatra beérkezett munkákat követhetik nyomon a látogatók. Szombatonként Füzi Rozi előadásában hallgathatnak téli meséket a gyerekek, vasárnaponként „Kisült-e már?” címmel indítanak rovatot, amelyben egyszerűbb ünnepi szendvicsek, süti, kreatív finomságok elkészítéséhez adnak ötleteket, recepteket a Generációk Háza munkatársai.

**A MUNKA A MEGFELELŐ
ÖVINTÉZKEDÉSEK
MELLETT FOLYTATÓDIK
A GYŐRI KULTURÁLIS
INTÉZMÉNYEKBEN**

VÉRNYOMÁSMÉRŐ VÁSÁR november 30-ig

MEDISANA ecomed BU-90E
felkaros vérnyomásmérő készülék



11 390 Ft

9023 Győr - Adyváros, Szigethy A. u. 78.
9021 Győr - Belváros, Kazinczy u. 17.

TESTVÉRVÁROSI KÖRKÉP

Virtuális kerekasztal-beszélgetést tartottak **ingolstadti** orvosok és gyógyszerészek, valamint Ingolstadt város és az Audi AG egészségügyi részlegének képviselői. Az egyeztetés témája a tervezett ingolstadti ot-tócentrum volt. **Brassóban** a járvánnyal kapcsolatban call-centert és tesztközpontot is nyitottak, **Colmarban** pedig lakossági információs vonalat hoztak létre, ami segít megválaszolni a Covid-19-cel kapcsolatos kérdéseket. **Dunaszerdahelyen** működik a járási, ingyenes antigén-tesztelési mintavételi pont. **Nof Hagalilban** az 5. és 6. osztályos tanulók ismét teljes időtartamban, heti öt napot járnak iskolába. **Sindelfingenben** november 16-tól még erősebben ellenőrzik a koronavírus-szabályok betartását. **Wuhanban** és Hubei tartományban november 17-én nem volt új koronavírusos eset. Egy gyógyultat jelentettek ezen a napon, hat főnél pedig letelt a karantén.



Nyizsnij Novgorodban az eddigi megbízott polgármestert, Jurij Shalabajevet választották meg polgármesternek. **Erfurtban** nyereményjátékkal ösztönzik arra az embereket, hogy karácsonyra helyi termékeket vásároljanak. A játékban a blokkokkal lehet részt venni. **Kuopióban** is készülnek az ünnepekre, itt már a város mintegy húsz méter magas karácsonyfáját is felállították. **Poznanban** a Malta jégpálya megnyitásával elkezdődött a téli szezon.

ESÉLY KÖZHASZNÚ NONPROFIT KFT.

TUDATOS ELŐRETERVEZÉS A MUNKAVÁLLALÓK FOGLALKOZTATÁSÁBAN

A Lajta úti Esély Közhasznú Non-profit Kft.-nél 160 fő megváltozott munkaképességű és fogyatékos munkavállalót foglalkoztatnak. A rehabilitációs munkahelyek megőrzéséhez előrelátásra, tudatos tervezésre van szükség, amit a mostani járványhelyzet nem könnyít meg.

„A munkavállalókat a szervezet nyomdaüzemében, varrodájában és központi szerelőüzemében foglalkoztatjuk. Az éves költségvetés tervezésekor három bevételi forrással számolhatunk. Az első és legnagyobb tétel a rehabilitációs foglalkoztatáshoz nyújtott állami költségvetési támogatás, amit évenként pályázat útján nyer el a szervezet. Az önkormányzat támogatása az egészséges munkavállalók bérét

és járulékát fedezi, s ezt egészíti ki a saját árbevétel. Ez a három összeg együttesen fedezi és teszi lehetővé a nonprofit szervezet zavartalan működését. Képzésre, kulturális és szabadidős programok szervezésére jelenleg – a 2019 márciusában lejárt EFOP-os pályázatunk óta – nincs újabb pályázati lehetőség. A pályázati forrás hiánya, valamint a koronavírus-járvány okozta megrendelések kiesése miatt folyamatosan csökken a saját árbevételünk, s emiatt komoly gondokkal kell megküzdenünk” – mutatta be a jelenlegi helyzetet Farkasné dr. Lukácsy Zita ügyvezető.

„Bár a helyzet nem könnyű, de tervezzük a jövő évet, október végéig kellett beadni a foglalkoztatottjaink létszámára a pályázatot az állami költségvetési támogatásra. A jelenlegi helyzetben óvatosak vagyunk, meg kell maradni a realitások talaján. 2021-ben is a jelenlegi 160 főt kívánjuk foglalkoztatni, létszámbővítésre nem látunk lehetőséget. Jelentős összeget fordítunk a járvány megelőzésére (kéz-, felület-, levegő-



fertőtlenítő, a munkavállalók maszkját mi varrjuk), mert a működés mellett a legfontosabb a munkavállalók egészségének megőrzése és a létszám megtartása – zárta az ügyvezető. (x)

Többféleképpen lehet szülőként gyermekkel egyedül maradni, de ennek következtében nem feltétlenül kell magányosnak lenni. Dr. Tróznay Katalin coach, jogász, a győri Egyedülálló Szülők Klub vezetője beszélt az egyszülős családdal megítéléséről és a társadalmi érzékenyítés fontosságáról.

Hölgy Világ

Szerkeszti: Földvári Gabriella



Szerző: Győr+
Fotó: Pixabay

Ha csak a számokat nézzük, a házasságok fele válással végződik, a gyermekek 50 százaléka már házasságon kívül születik. Ma megközelítőleg 350 ezer családból hiányzik az édesapa vagy édesanya. Félmillió gyermek van Magyarországon, aki egyszülős családban él. Ez azonban nem feltétlenül jelenti azt, hogy egy kiegyensúlyozott családhoz képest hátrányban nő fel.

„Ha valaki a gyermekét, gyermekeit egyedül neveli, mert elvált, özvegy, vagy már a várandósság alatt a másik vér szerinti szülő nem vállalta a gyermeket, vagy lemondott róla, illetve ha egyedül fogadta örökbe és egyedül neveli” – sorolta dr. Tróznay Katalin, mit jelent az egyszülős család.

„Fontos, hogy népszerűsítsük magát a megküzdési folyamatot, azt az egyszülős családi létet, amely ugyanolyan értékű és boldog tud lenni, mint egy hagyományos családmódel. A sikeres megküzdési stratégia életre szóló önbizalmat ad, segít a magánéleti válság után újra talpra állni, és teljesíteni a megváltozott élethelyzettel járó feladatokat” – hívta fel a figyelmet a klub vezetője, aki egy színdarabhoz hasonlította az életet, amelynek egyik felvonása lehet az egyszülős családi élet. „Ha hitünk szerint életünk egyszeri és megismételhetetlen, akkor meg kell találnunk a legjobb jövőképet magunk és gyermekünk miatt is. Abból a felvonásból kell kihozni a legjobbat. Szakemberként, barátként vagy közösségként segítenünk kell, az ítélezőket, szánakozókat pedig meg kell ismertetni olyan konkrét élethelyzetekkel, amelyből kiderül, milyen problémákkal küzdenek a gyermeküket egyedül nevelők a hétköznapiakban.”

Az Egyedülálló Szülők Klub vezetője elmondta, az idők során nem nagyon változott a szemlélet, pedig a hagyományos kétszülős családok is kerülhetnek bármelyik pillanatban hasonló helyzetbe, ezért kellene a sajnálatot vagy akár a megbélyegzést kerülni. Egyszülős családdá válni nem tragédia, hanem egy élethelyzet, amelyről beszélni kell. Ha úgy tekintünk erre a témára külső szemlélőként, hogy saját magunknak is hány olyan hely-



A SIKERES MEGKÜZDÉSI STRATÉGIA ÉLETRE SZÓLÓ ÖNBIZALMAT AD MILYEN AZ ÉLET EGYSZÜLŐS CIPŐBEN?

zetünk volt már, ami aztán megváltozott, akkor objektívebben tudunk róla beszélni, elfogadni a benne élőket. „Ha a környezetünkben találunk válófélben lévő vagy egyszülössé váló családtagot, akkor meg kell tudnom őt szólítani, a bennem lévő „embert” hozva a felszínre. Hogy érzed magad? Segíthetek valamiben?, Akarsz róla beszélni? kérdésekkel empátiát gyakorolok, elfogadóvá válok” – tette hozzá dr. Tróznay Katalin.

A klub célja az érintettek segítése és a társadalom érzékenyítése a más élethelyzetű emberek iránt. Van közös út az egyszülős családok életében, amin mindenkinek végig kell menni. Egy buszjárat útvonalához hasonlítható, felszállunk a járműre, vannak állomások, de az út megélése nagyon egyéni. Függ attól,

hogy ki milyen családi mintát hoz magával, milyen a saját karaktere, és az is egyéni, hogy ki mit cselekszik ezen időszak alatt. A felelőssége abban van, hogy ne családi minták alapján viselkedjen, hanem a jelenben tegye hozzá a maga legjavát. Az egyszülős családdá válás első szakasza a krízis, amely leginkább igényli a

baráti, szakmai vagy jogi segítséget, és ezért fontos nem szégyellni a segítségkérést. Ugyanannyira elengedhetetlen az is, hogy a támogatás célt érjen. Legyen az akár pszichológus segítő terápiája, akár jogi képviselő vagy egyéni tanácsadás, amely a járvány miatt egyre hangsúlyosabb, például az olyan esetek megoldásában, mint krízishelyzetben az erősödő családon belüli bántalmazás.

**EGYSZÜLŐS
CSALÁDDÁ VÁLNI
NEM TRAGÉDIA,
HANEM
EGY
ÉLETHELYZET**

A József Attila Művelődési Házban Családi pontot nyitott a Győr-Moson-Sopron Megyei Család, Esélyteremtési és Önkéntes Ház (CSEÖH), hogy a művelődési házban programokon részt vevő vagy a Móra park játszóterén tartózkodó környékbeli anyukáknak, apukáknak, nagyszülőknek szükség esetén lehetőségük legyen a gyermekeket pelenkázni, átöltöztetni, ételt melegíteni számukra, amelyhez pelenkázóasztalt, bébiétel-melegítőt biztosítanak.

CSALÁDI PONT: SEGÍTSÉG A KISGYEREKEKES SZÜLŐKNEK

Szerző: Győr+
Fotó: Marcali Gábor

A Győr-Moson-Sopron Megyei CSEÖH a 19 megyei és fővárosi esélyteremtési irodából álló országos hálózat tagjaként a Magyar Máltai Szeretetszolgálat Egyesület fenntartásában működik már négy éve. Tevékenységünk során kiemelt figyelmet fordítanak a hátrányos helyzetű társadalmi rétegekre (fogyatékkal élők, romák, gyermekek, hátrányos helyzetű településeken élők stb.), valamint fontosnak tartják ezen csoportok társadalmi befogadásának elősegítését, érzékenyítő, szemléletformáló programok kidolgozását a felnőtt és fiatal korosztály számára.

„Sokan találkozhattak már osztályfőnöki órán esélyőráinkkal, amiket látás-, hallás- és mozgássérült előadók tartunk az általános és középiskolákban. Továbbá az önkéntesség népszerűsítése mellett irodánk tevékenységei között kiemelt hangsúlyt kap a család mint érték közvetítése, a család szerepének megőrzése, megismertetése és annak népszerűsítése, jól-működésének elősegítése” – beszélt Bognár Erzsébet irodavezető a CSEÖH munkájáról.

A család fontosságát évek óta több programmal erősítik, legutóbb önkéntesek segítségével felújították a Mónus Illés utcai Bölcsőde udvarának fajtékait, kerítéseit, ajtóit, a kapcsolati erőszak és emberkereskedelem áldozatainak fenntartott ellátórendszer működéséről tartottak előadást a gyermekvédelmi ellátórendszer tagjainak. Kerestek és találtak a városban olyan intézményt, ahol fontosnak tartják a kisgyerekes szülők segítségét egy valós családi szükségletre reagálva. A szabadhegyi József Attila Művelődési Házzal együttműködve Családi pontot hoztak létre, hogy az intézménybe programokra betérő szülőknek, de akár a ját-



szóterén tartózkodó környékbeli anyukáknak, apukáknak, nagyszülőknek szükség esetén lehetőségük legyen pelenkázni, öltöztetni a gyermekeket, számukra ételt melegíteni, amelyhez pelenkázóasztalt, bébiétel-melegítőt biztosítanak. „Köszönetet mondunk a Dr. Kovács Pál Megyei Könyvtár és Közösségi Térnek és a tagintézményeként működő művelődési háznak a hely és a felügyelet biztosításáért, ezzel is segítve a kisgyermekes szülőket” – mondta Bognár Erzsébet.

A művelődési ház munkatársai is üdvözölték a Családi pont kialakítását, mivel a közösségi tér működésében is kiemelt szerepe van a családoknak szervezett programoknak. „A vírusjárvány miatt ugyan most elmaradnak a benti és a Móra parkban tartott kis és nagy rendezvények,

de az aula központi helyén kialakított Családi pontot a művelődési ház nyitvatartása alatt bárki igénybe veheti hétköznap 10–20 óra között, szombaton a rendezvények ideje alatt. A használatot követően a helyiség állapotát az ott dolgozó munkatársak rendszeresen ellenőrzik és szükség szerint gondoskodnak a helyiség takarításáról, fertőtlenítéséről” – tette hozzá Vargáné Nemesi Emma, a kulturális osztály vezetője.

Horváth Borbála egy egyéves kisfiú és egy hároméves kislány édesanyjaként jó kezdeményezésnek tartja a Családi pont kialakítását, mivel a kicsikkel többször adódhat olyan helyzet a délutáni játék során, hogy igénybe kell venni a pelenkázásra a helyiséget, vagy az ételmelegítés lehetőségét, ha esetleg hosszabb ideig tartózkodnak a szabad levegőn. „Mivel nem a közelben lakunk, nyugodtabban indulunk el, mert ha szükség lesz rá, betérhetünk a Családi pontba” – fejezte ki örömét az anyuka, aki rendszeresen járt a művelődési házban tartott gyerekprogramokra is.

A CSALÁDI PONT
JELENLEG
ZÁRVA TART, DE
A JÁRVÁNY MIATTI
KORLÁTOZÁSOK
FELOLDÁSA UTÁN
ISMÉT IGÉNYBE
VEHETIK MAJD A
KISGYERMEKESEK

A sminktetoválás napjainkban már egy kifinomult szakmává nőtte ki magát, véget vetve a '90-es évek szemöldök-tetoválásainak. Egy győri salonban jártunk, hogy megismerjük a szakma fortélyait, és sokak félelmét el tudjuk oszlatni a sminktetoválásról.

Szerző: Tóth Vivien ▶
Fotó: Ács Tamás



Pados Laurával beszélgettünk, aki már öt éve sminktetoválóként és oktatóként dolgozik, emellett az elrontott tetoválások eltávolításával is foglalkozik. Elmondása szerint a munkája a hobbi, igyekszik mindenkinek személyileg szabott tetoválást készíteni. Laura a saját bőrén tapasztalta meg, milyen az, ha kontár kezekbe kerül valaki, ezért tanulta ki a szakmát.

A szemöldök-tetoválás a legnépszerűbb az üzletében. Az a hölgy is ezt kérte, aki a napokban érkezett hozzá kezelésre. A modell szemöldökét először megformázta, a kontúrok körül lévő szőrszálakat eltávolította, ezután előrajzolta a tetoválás vonalait. Ebben a pillanatban még minden módosítható.

Bőrtípustól függ a tartósság

Egy szemöldök-tetoválás két-három évig tart, a száj és a tusvonal hosszabb ideig megtartja a színét. „Amivel dolgozok, az nem testtetováló festék, kisebb a molekulája, csak szépen lassan, az évek során elkezd kikopni, halványodni” – meséli Laura. Ha az idő múlásával kopik a tetoválás, a bőrpigmentektől függően változik a színe, csupán javítani kell.

A tetoválás folyamata

A vendége sötét hajához egy mélybarna színt választott, amihez kevert némi világosat is, hogy minél természetesebb hatást érjen el vele. „Nagy precizitást igényel, hogy milyen mélyen juttatjuk a bőrbe a festéket, mert ha picit mélyebbre megy, akkor szürkülni kezd a magasabb rétegekben, ha meg a bőr felszínén dolgoznék, ott meg bevörösödhet” – osztja meg velünk a szakember.



EGYRE NÉPSZERŰBB A SMINKTETOVÁLÁS

Kellemetlen, de nem fájdalmas

Laura nagyon figyel az érzéstenítésre, Lido-cain-tartalmú krémet használ, ami szinte fájdalommentessé teszi az eljárást. „Azt szokták mondani a vendégeim, hogy a szemöldökszedés fájdalmasabb, a forma felkarcolásánál kicsit valóban kellemetlenebb lehet, de annak végétével újra használom az érzéstenítőt és azután szinte semmit sem éreznek” – tudatja Laura.

Tetoválás után az élet

Nem kell szabadságot kivenni, nem kell eltakarnunk magunkat, szemöldök-tetoválás után nyugodtan mehetünk emberek közé. Ami a szájat illeti, megdagadhat, illetve a szemhéjtetoválás után duzzadtabbnak érezhetjük a területet. „Kerülni kell viszont a napozást, a szoláriumot, mert a pigment beéghet a bőrbe, ami olyan, mintha friss sebbel kifelé küdnénk a napra, és hegesevéssé okozhat – hívja fel a figyelmet

a szakember. A gyógyulási szakasz után is csak fényvédővel, vagy arcot letakarva szabad napozni vagy szoláriumot használni.

Kinek ajánlott a sminktetoválás?

Mindenkinek, aki nem szeretne sminkeléssel bajlódni reggelente, de azoknak is nagy segítséget nyújt, akiknek már van tetoválása, de nem elégedettek vele, mert lézerrel el lehet távolítani, vagy direkt erre a célra alkalmas javító színnel kijavítani a régit.

A sminktetoválás nagy segítséget nyújt a krónikus betegséggel küzdőknek is, akiknek a kezelése során megritkult a szőrzetük, vagy teljesen kihullott.

Az alsó korhatár szülői beleegyezéssel 17 év. Felső nincs, az idősebb hölgyek is bátran belevághatnak, hisz az érett bőrtípus nagyon jó alap a sminktetoválásra.

AZ ÖNÖK SZOLGÁLATÁBAN MEGOLDÁS SECURITY Győr, Liezen-Mayer u. 4. Tel.: +36 (96) 517 939	MEGOLDÁS Az Önök szolgálatában www.megoldassecurity.hu	0 Ft-ért adjuk a riasztórendszert! Odaérünk, ha baj van! Tesszük a dolgunkat!	KÖSSÖN ÁT HOZZÁNK! ÁLLJUK A SZAVUNKAT!	Amennyiben nem cégünk őrzi ingatlanját, keressen minket!	Komplett riasztórendszer 0 Ft TÁVFELÜGYELET már csak nettó 3000 Ft-tól! ÉLETTARTAM GARÁNCIÁVAL² 1: Részletekről érdeklődjön kollégáinknál. 2: Központ, kezelőre, kommunikátorra.
--	---	---	--	---	---



A Széchenyi István Egyetem lelkésze Győrtől több mint háromszáz kilométerre, a Békés megyei Tótkomlóson töltötte gyermekkorát. A hivatását tekintve pedig még érdekesebbé teszi a helyzetet, hogy nem kapott vallásos nevelést. A nagy utazása tizen-négy éves korában kezdődött, amikor Csongrádra került középiskolába. Miután leérettségizett, tovább folytatta útját, és Nyíregyházára, a tanárképző főiskolára került. „Aktív hallgatói életet éltem. Sportoltam, énekkarba jártam, és egy imakörbe is elhívtak a diáktársaim, ami nagy hatással volt rám” – emlékszik vissza Bogdányi Mária, aki az evangélikus egyházat választotta, és húszévesen konfirmált.

A tanárképző elvégzése után teológiát tanult, és rálépett arra a lelki ösvényre, amelyen a mai napig halad. „Több olyan fiatal lelkésszel találkoztam a tanulmányaim során, akik inspiráltak. Így nem volt kérdés, hogy én is ezt szeretném folytatni. Az evangélikus egyházban a gyülekezetek választanak lelkészt maguknak, én pedig pályáztam, és először Miskolcra, azon belül Diósgyőr-Vasgyárra kerültem” – meséli lelkészi hivatása első lépéseit.

A Miskolcon töltött évek után aztán átlépte az országhatárt, és Németországba költözött. „Miután hazatértem, a főváros felé vettem az irányt, ahol a szerelem is rám talált. Éppen húsz éve kötöttünk házasságot a férjemmel, és négy gyermeket nevelünk, békében, harmóniában és egyetértésben” – mondja Bogdányi Mária, aki Budapest után férjével együtt Felpécre tette át a székhelyét.

A Magyarországi Evangélikus Egyház lelkészeként a Széchenyi István Egyetemen dolgozik, ahol nemcsak ő segíti a hallgatókat, hanem katolikus paphoz és református lelkészhez is fordulhatnak az egyetemisták. „Különleges feladatunk van, hiszen az itt tanulók már nem gyerekek, de nem is teljesen felnőttek. Ráadásul szinte minden évben a nulláról kell kezdeni, mert gyorsabban cserélődnek az emberek, mint egy gyülekezetben.” Bogdányi Mária úgy látja, nagyon fontos, hogy a fiatal mit hoz otthonról, illetve hogy milyen a szülői értékrend.

Végtelen számú út kanyarog előttünk, és rajtunk múlik, hogy melyiket választjuk. Akad, aki hamar ráakad a megfelelő ösvényre, míg mások hosszasan keresgélnek, mire rálépnek a megfelelőre. Bogdányi Mária evangélikus lelkész földrajzi és lelki értelemben is nagy utat tett meg, mire rátalált hivatására.

**KÖZTÜNK
ÉLNEK**



„A LÉNYEMBŐL FAKAD, HOGY MÁSOKNAK SEGÍTSEK”

Ha már szülői feladatok, akkor házasság, és a Házasság Hete elnevezésű programsorozat Győrben, amelynek Bogdányi Mária a főszervezője. „A házasság felfutóban van, ahogy az esküvő is. Az most nagyon megy. De fontos, hogy ne csak az esküvő legyen szép, hanem a házasság is. A házasság munka, amin dolgozni kell” – hangsúlyozza a rendezvény főszervezője, aki életmód-tanácsadó és terapeuta képesítést is szerzett, hogy minél több embernek segíthessen. „A lényemből fakad, hogy önkéntesen segítek másoknak. A nagymamám volt ilyen, aki mindig segítő jóból nyújtott a többi embernek. Már a kereszténységem előtt is bennem volt, hogy jót cselekedjek másokkal. Mindig is kommunikatív, közösségi ember voltam.”

Ezek után az sem meglepő, hogy a koronavírus-járványban is igyekezett önzetlenül segíteni. „Miután egy ideje a varrással is foglalkozom, egy barátnőm ennek okán keresett meg, hogy készítsék maszkokat az egészségügyi dolgozóknak. Írtam egy posztot erről, aminek hatására sokan megmozdultak” – meséli Bogdányi Mária, akinek – saját bevallása szerint – nem volt jó a kezűgyessége gyermekkorában. „Nekem mindig azt mondták annak idején, hogy inkább tanuljak, mint a kezűgyességet próbálgassam. De volt bennem bizonyítási vágy, és felnőttként belevágtam. Rengeteget gyakoroltam, aminek eredménye a hobbi vállalkozásom, ahol kiélhetem a kreativitásomat, és másokat megörvendeztetek hasznos és környezettudatos termékeimmel.”

**AZ EVANGÉLIKUS
EGYHÁZ LELKÉSZEKÉNT
A SZÉCHENYI ISTVÁN
EGYETEMEN DOLGOZIK**



EGYEDI, KÉZMŰVES, ZÖLD HÁZTARTÁSI

textiliák

Karácsonyi kedvezményes csomagjainkat és termékeinket keresd a webboltban: tuveteszem.hu



A cukorbetegség korunk egyik legsúlyosabb népbetegsége, az Egészségügyi Világszervezet (WHO) adatai szerint évről évre több embert érint. Magyarországon a cukorbetegek száma meghaladja az egymilliót. A 2-es típusú diabétesz, amellet, hogy a cukorbetegség leggyakoribb formája, egyben a leggyakoribb krónikus betegség is.

TÉLEN VIGYÁZZUNK A VÉRCUKORSZINTRE!



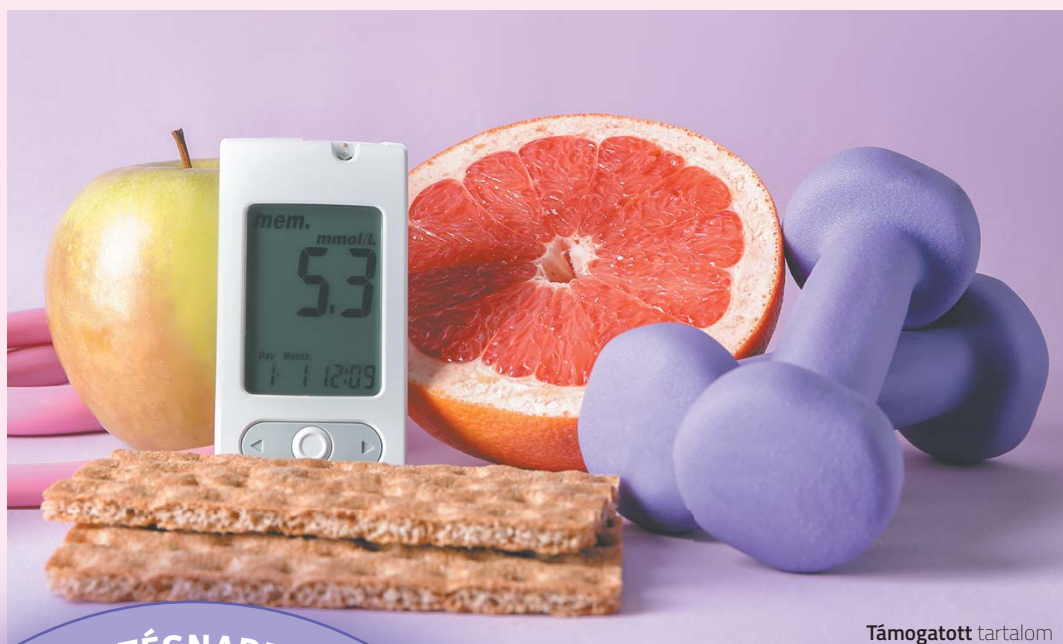
„Sok embernek okoz problémát a magas vagy alacsony vércukorszint, de sokan talán nem is gondolnák, hogy az évszakok közül talán télen a legintenzívebb a probléma” – magyarázza dr. Feng Xiao Ping, a Harmónia Akupunktúra Centrum kezelőorvosa.

A hideg évszaknak köszönhetően a mozgástevékenység csökken, az anyagcsere-funkció belassul. Kevés rosttartalmú, de annál több cukros ételt és italt fogyasztunk. Ezen csak tovább rontanak az ünnepi étkezések, amikor is sok nehezen emészthető ételt, húst és alkoholt veszünk magunkhoz.

A szervezetünk a „túlevésre” azonnal a vércukorszint-emelkedéssel válaszol, amely arra ösztönzi a testet, hogy nagy mennyiségű inzulint válaszson ki. Ezzel egy időben az éhség fokozódik, ismételten eszünk, amely újfent vércukorszint-emelkedéssel jár, kialakul tehát egy „ördögi kör”.

A hideg időjárás és a rövid, borús nappalok bárkit könnyen lehangoltta tehetnek. A mindennapokban átélt stressz pedig további kihívást jelent az immunrendszerünk számára. Állandósult stressz esetén a szervezetben folyamatos gyulladás jön létre, amely már enyhe szinten is jelentős következményekkel járhat: cukorbetegség, rák, szív- és érrendszeri betegségek vagy asztma kialakulásához vezethet.

A kutatások kimutatták, hogy összefüggés van a stressz és a cukoréhség között. A cukor iránti vágy akár két-háromszorosára is nőhet a kortizol növekedésével, ami egy antistresszhormon. Akkor termelődik nagyobb mennyiségben, ha tartósan ki vagyunk téve fizikai, mentális vagy lelki terhelésnek. Egy igazi „túl-



Támogatott tartalom

NÉVNAPRA • SZÜLETÉSNAPRA • KARÁCSONYRA

AJÁNDÉKOZZON EGÉSZSÉGET!

AJÁNDÉKUTALVÁNYAINKÉRT jöjjön el
a Harmónia Akupunktúra Centrumba!
Győr, Bartók Béla út 5.

Várunk minden gyógyulni vágyó vendéget!

JELENTKEZZEN BE MOST!
+36-30/391-8648

élőhormon”, mert a stresszhelyzetekhez való azonnali fizikai alkalmazkodásunkat segíti elő. A kortizol minden mozgósítható energiaforrást azonnal aktivál, hogy azt a lehető leggyorsabban felhasználhassuk. Ez a folyamat szervezetünkben azonban vágyakozást indít meg az édes ételek iránt, amely hosszú távon állandó hasnyálmirigyinzulin-kiválasztást eredményez. Ha a hasnyálmirigy „kifárad”, cukorbetegség alakul ki.

„Természetesen sokan vannak, akiknek magas a vércukorszintjük, de nem tudnak róla.” Figyeljünk oda testünk jelzéseire! A 2-es típusú diabétesz lassan, lappangva alakul ki és hosszú ideig nem okoz panaszokat. Tünetei: állandó szomjúságérzet, megnövekedett vizeletmennyiség, altesti viszketés, bőrfertőzések kialakulása, elhúzódó sebgyógyulás, ínybetegségek...

„Van páciensünk, aki állandó szédülésre panaszkodott, vércukorszint-ingadozás bonyosodott be esetében. A másik páciens azt panaszolta, hogy az elmúlt hónapokban a lábai zsibbadtak. A várákosásnak megfelelően a vércukorvizsgálat emelt cukorértéket mutatott. Hadd említsek még egy esetet: egy teherautósófort, aki évente többször herpeszrel küszködött. A hosszú kimerítő munka, a fáradtság miatt az immunrendszerének védekező képessége csökkent, a herpeszvírus okozta betegség ismétlődött. A vérvizsgálat kimutatta, hogy a vércukorszintje magas – mondja dr. Feng Xiao Ping.”

A cukorbetegség kezelésének három pillére van. A cukorbeteg-étrend, a mozgásterápia, amelyeket az életmód-terápia foglal magában, illetve ha szükséges, a gyógyszeres kezelés. Az általános javaslatok között szerepel a magas omega-3-ban és más zsírsavakban gazdag olajok használata, amelyek védelmet nyújtanak a cukorbetegséggel összefüggő szem-, szív- és vesebetegségek ellen.

Három megye nyugállományú katonáit és honvédségi nyugdíjasait hívta találkozóra nemrég dr. Benkő Tibor honvédelmi miniszter, a helyszín pedig az MH 12. Arrabona Légvédelmi Rakétaezred laktanyájának díszterme volt. A haderőfejlesztésen kívül a nyugdíjasok fontos szerepéről és megbecsültségéről is beszélt a miniszter.

Szerző: Havassy Anna Katalin ▶
Fotó: Meklíz Fotóstúdió



Győr-Moson-Sopron, Vas és Zala megye nyugállományú katonáit és honvédségi alkalmazottait hívták meg arra az előadásra, amelyen dr. Benkő Tibor honvédelmi miniszter elsőként kitért a koronavírus-járvány miatti védekezés fontosságára.

„Magam is négyszeres nagypapa vagyok, s tudom, milyen, hogy most nem ölhetjük szabadon magunkhoz az unokákat. Nekem és a feleségemnek is fáj ez a helyzet, de ki kell tartani és fegyelmezettnak kell lennünk” – hangsúlyozta a miniszter.

Dr. Benkő Tibor előadásában többször is kiemelte, mindenkit köszönet illet, aki bármilyen egyenruhában, vagy éppen civil alkalmazottként szolgálta a hazát.

„Esküt tettünk, hogy megvédjük szeretteinket, értékeinket és a hazánkat. Családunkért bármit feláldoznánk, elődeink által teremtett értékeinket kötelességünk óvni és fejleszteni, a haza megővésére és függetlenségére pedig szintén a legkomolyabb esküt tettük. Egy katona csak ezeknek a szellemében szolgálhat” – szögezte le, majd rátért a jelenleg is futó Zrínyi 2026 Honvédelmi és Haderőfejlesztési Program

A KATONASÁGBÓL NEM LEHET POLITIKÁT CSINÁLNI

részletezésére, mely során mindvégig hangsúlyozta, a beszerzett és beszerzendő eszközöket emberek, a katona üzemeltetik. „Fontos, hogy a katona szeressék a munkájukat. Ehhez pedig nekünk kell biztosítani a megfelelő eszközöket, munkakörülményeket.”



A HONVÉDELMI MINISZTER ELŐADÁSA

„MEGVÉDJÜK SZERETTEINKET, ÉRTÉKEINKET, HAZÁNkat!”

A nyugállományú katonák helyzetéről is részletesen beszámolt. Kitért az Obsitos és a Veterán programra, amely arra is hivatott, hogy a katonák mindenkor presztízsét visszaállítsa. „A katonaságból nem lehet politikát csinálni! A katona arra a civil vezetőre fog szavazni, amelyik megbecsüli, támogatja és az embert látja benne. Mindig az egyenruhás lesz az első, aki segít, ha baj van. A honvédelem ügye nem politikai, hanem összetársadalmi.”

Kidolgoztak egy olyan rendszert, amelyben a nyugállományú katonák a nyugdíj mellett támogatásokat is kaphatnak. Egyre több üzletlánc ad kedvezményt: barkácsboltok, autóklubok, gyógyszertárak, könyvesboltok stb. Az egyik vezető pénzintézet kedvezményes szám-

lacsomagokat és hiteket is kínál. „Ha arra gondolnak, minek nekünk már a hitel és a ve-
járó költségek, csak kérem, gondolják át: a gyermekeinknek, az unokáink nem tudunk ve-
le segíteni, ha jó ajánlat érkezik?” – vetette fel dr. Benkő Tibor.

Beszélt egy multifunkcionális apartmanház vagy apartmanházak tervéről is, amelyeket a jövőben szeretnének megvalósítani, s amely az egyedül élő nyugállományú katonákon szeretne segíteni, méltó lakhatást és elismerő társaságot biztosítani. Ez azonban még a jövő zenéje, hatalmas összegeket kellene ráfordítani. Ám ahogy előrevetítette: a költségvetésből a honvédelemre eső rész egyre nagyobb, így a jövő is komoly bizakodásra ad okot.



LEGYEN TELJES AZ ETO HANGULAT A HÁLÓSZOBÁBAN!

#csakazeto

KUCKÓZZ BE!
KAPCSOLJ
HANGULATVILÁGÍTÁST!
NÉZZ ETO MECCSET!

ETO ÁGYNEMŰ
+ ETO LEDLÁMPA

A KÉSZLET EREJÉIG

17 900 Ft



shop.hellogyor.hu

NAGY KIHÍVÁS A BELVÁROSI KÖZMŰFEJLESZTÉS



Egy belvárosi közműfelújítás rendkívül összetett, nehéz, de mégis nagyon szép feladat. Biczó László volt az, aki a Pannon-Víz Zrt. részéről az útlezárás első pillanatától kezdve végigkísérte a Jókai utcában zajló munkálatokat. Most a közműcsere néhány érdekes részletét a műszaki ellenőr szemszögéből elevenítjük fel.

Szerző: Pannon-Víz Zrt.
Fotó: O. Jakócs Péter

A szennyvízcsatorna-építési munkák első lépése egy kiadós éjszakai öblítés volt, még május közepén. Mindennap este 11 órakor tudtunk kezdeni. Ilyenkor forgalom már alig volt, de meg kellett várnunk, míg az utolsó helyi járatú autóbusz is végigmegy a szűk belvárosi utcán, mert amikor a csatornatisztító kocsival elkezdünk dolgozni, akkor már nem

fért volna el mellettünk. 120 bar nyomású vízszugárral kellett öblíteni a csatornát, addig, amíg tisztán látszott a cső eredeti szerkezete: a csupasz beton vagy téglafal. Ha a betonfalban gyanús csillogtak a kavicsok, az rosszat jelentett, ilyenkor a kötőanyag egy részét már megtámadta a betonkorrozó. Szerencsére kevés ilyenrel találkoztunk.

A mosás bő egy hétig tartott, ezután – szintén éjszaka – ipari kamerával tégláról téglára, méterről méterre átnéztünk mindent a csatornában.

Bemértük az összes bekötést, csatlakozást, csomópontot. Örömmel tapasztaltuk, hogy a vezeték megfelelő állapotban volt ahhoz, hogy csatornabélelési eljárással fel tudjuk újítani. A csatornába befűzött, műgyantával átítatott és rámelegített bélésanyag egyrészt teljes vízzáróságot, másrészt statikai megerősítést is biztosít. A sok keresztező közmű és a nagy mélység miatt ez volt a legmegfelelőbb eljárás. Nem kellett öt-hat méteres mélységbe leásni, és ott csatornacsöveket fektetni. Nincs kockázata a beomlásnak, utólagos süllyedéseknek, és gyorsította a munkafolyamatot is.

A közel 60 éves ivóvízvezeték masszív, robusztus, 30 cm átmérőjű csövekből állt. Azonban az építkezésnél megmozgatott talajban megfeszülhetnek a csövek, elpattanhatnak, vagy az előre-gedett tömítéseknél szivároghat a víz. Ezért ezzel párhuzamosan az ivóvízvezeték cseréjét is elvégeztük. Az elérhető legjobb technológiát, a gömbgrafitos öntöttvas csöveket választottuk. A vízvezeték a parkolóházzal szembeni oldalon húzódik, az út szélétől közel két méterre. Így az átlagosnál kisebb volumenű földmunkára volt szükség, csak az úttest egyik felét kellett felbontani. Megépítettük a Bajcsy-Zsilinszky és az Árpád úti csomópontban az oldalirányú leágazásokat, hogy a következő vízvezeték-felújításoknál majd ehhez tudjunk csatlakozni.

Tudjuk, hogy a jövőnek dolgozunk, hiszen a most lefektetett vezetékek akár unokáinkat is kiszolgálják majd. Ha legközelebb a Jókai utcában járunk, évtizedekig meglesz az a jó érzés, hogy ebben a munkában mi is tevékenyen részt vettünk.

A BABALIGETBŐL INDULT A FAÜLTETÉSI SZEZON

Dr. Dézsi Csaba András polgármester hirdette meg tavasszal, hogy minden Győrben született gyermek kap egy fát. Az akció részeként az önkormányzat lehetőséget kínált arra, hogy a megszületett gyermekek után a szülő vagy a gyermek törvényes képviselője nevesítve kérjen fát, amelyet vagy az igénylők ültetnek el a saját lakókörnyezetükben, vagy a Győr-Szolra bízák a feladatot. A közterületre kerülő növények az úgynevezett Babaligetben növekednek. A Babaliget első fáit az őszi faültetési program jelképes megkezdéseként dr. Dézsi Csaba András polgármester, valamint dr. Pergel Elza, Szeles Szabolcs és Radnóti Ákos alpolgármesterek ültették el. Az idei szezonban több mint 1250 csemetét és több mint 400 cserjét ültetnek el a város területén.

Megígértém, megcsináltuk! – dr. Dézsi Csaba András polgármester sokadszor mondhatta el

ezt a mondatot a csemeték elültetésekor, utalva arra, hogy a korábban tett ígéretének megfelelően a Győrben született gyermekek utáni faültetés is teljesült.

A Marcal Teniszcentrum melletti üres területen alakították ki a győri Babaligetet, ahol összesen 812 fa ültetésére van lehetőség. Az idén első alkalommal igényelhettek a hozzátartozók fát a gyermekek születéséhez kapcsolódóan, s a beérkezett kérések nyomán összesen 112 csemete kapott helyet a Babaligetben.

A fák igénylőit és a növények helyét a Győr-Szol Zrt. nyilvántartja, így minden szülő pontosan tudja, a liget melyik sorának hányadik fája az övé. A helyszínen az egyes oszlopokat és sorokat állatfigurákat és betűket tartalmazó jelölésekkel, valamint számokkal látták el. Az eliga-

zódást a Győr-Szol Zrt. honlapján megtalálható térkép is segíti.

A Győr-Szol Zrt. idén több mint 1250 fát és több mint 400 cserjét ültetett el Győrben. A fa-telepítés az elmúlt évekhez hasonlóan valamennyi városrészt érinti.

Az ültetésre kiválasztott növényfajok között idén is főként a keskeny, szűk utcákban és a légvezetékekkel határolt területeken is ültethető fajok domináltak, például a gömbkőrös, gömbakác, gömbmeggy, oszlopos juhar, oszlopos gyertyán, újdonsággként megjelenik a gömbginkgo.

A frissen ültetett fák karójjára idén is egy szalag kerül „A jövőért ültetjük!” felirattal, így az egész városban jól nyomon követhető lesz, hol találhatók a frissen ültetett fák.



Folyamatosan végzi a lombgyűjtési munkát a város területén a Győr-Szol Zrt. A leveleket minden városrészben összegyűjtik, a nagyobb méretű fákkal szegélyezett útvonalakra heti rendszerességgel visszatérnek. A lakóingatlanok közvetlen környezetében az ott élőknek is feladatuk a lombgyűjtés.

FOLYAMATOS A LOMBGYŰJTÉS

Szöveg és fotó: Győr-Szol Zrt.

Előre megtervezett program szerint halad a lombgyűjtés Győrben. Ezen a héten Adványos zöldterületein, Marcalváros I–II-n, Szabadhegyen, a József Attila-lakótelepen, Nádorvárosban, Likócson és Gyárvárosban dolgoztak a gépek és az emberek. Ezt követően a peremkerületek is sorra kerülnek, december közepéig valamennyi városrészben összegyűjtik a lehullott avart. Mivel sok fa folyamatosan hullatja lombját, természetes, hogy a közterületeken, főleg a ligetes, parkos részeken mindig találkozhatunk levéllel, a szakemberek szerint a falevél a természetben nem idegen anyag, a biológiai körforgásban megvan a maga szerepe.

A szolgáltató városüzemeltetési igazgatóságának munkatársai azon dolgoznak, hogy a gyakorlatban vagy gépjárművel közlekedőket ne zavarja a lomb, ezért a nagyobb fákkal övezett utakon (pl.: Damjanich utca, Bartók Béla út, Ifjúság körút stb.) minden héten elvégzik ezt a feladatot. A munkát az a két új lombszívó be-

rendezés is segíti, melyet a már meglévő két gép mellé az idén vásárolt a Győr-Szol Zrt. A lehullott leveleket a munkatársak kézi erővel kupacokba gyűjtik, így a lombszívók gyorsan és hatékonyan felszippanthatják. A gyűjtés hatékonyságának javítása érdekében a felszívott leveleket aprítják is, ezáltal tömörítik, így nagyobb mennyiségű lombot lehet egy fordulóval összegyűjteni és elszállítani. Az idei évben először az őszi munkák során az egyébként konténerszállításra használt járműveket is bevonják a lomb, nyesedék elszállításába, ezzel is gyorsítva a folyamatot.

Ugyancsak fokozott figyelmet fordítanak a forgalmas járdaszakaszok tisztítására. A rendelkezésre álló seprőgépek mindennap két műszakban, reggeltől estig takarítják a gyakorlatilag forgalmat bonyolító szakaszokat.

Az intenzív lombohullás időszakában a közszolgáltató saját alkalmazotti gárdája mellett megbízott alvállalkozók is végeznek lombgyűjtést egyes városrészekben.

Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata Közgazdálkodási 68/2003. (XII. 19.) számú, a köz-tisztaságról szóló rendelete értelmében az ingatlanok tulajdonosainak és használóinak van kötelezettsége a lombgyűjtést illetően. A szabályozás – egyebek mellett – kimondja, hogy a tulajdonos, használó gondoskodik: a gyalogjárda kinyúló ágak, bokrok megfelelő nyeséséről, az épület előtt lévő fák lehullott lombjának takarításáról; a járdán, valamint a járda és az úttest között felburjánzó gaz eltávolításáról; az ingatlan határos járdaszakasz, továbbá ha a járda mellett területsáv is van, az úttestig terjedő teljes terület gondozásáról és tisztántartásáról; a járdaszakasz melletti kiépített vagy kiépítetlen nyílt árok gondozásáról és tisztántartásáról, valamint járda hiányában az úttestig terjedő teljes területsáv, továbbá ha a járda mellett zöldsáv is van, az úttestig terjedő teljes terület gondozásáról és tisztántartásáról. A tulajdonos, használó gondozási és tisztántartási kötelezettsége az ingatlan valamennyi oldalára kiterjed.

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 ÚTTISZTÍTÓ

GÉPJÁRMŰVEZETŐ

Feltétel: C kategóriás jogosítvány

Foglalkoztatás jellege:

8 órás munkaidő, egy műszakos munkarend

Amit kínálunk: bejelentett munkaviszony, folyamatos munkavégzés • versenyképes fizetés + cafetéria • vidékieknek bejárásiköltség-térítés • szakmai képzések támogatása • hosszú távú munkalehetőség • munkavédelmi eszközöket, kézi szerszámokat, gépeket biztosítunk



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 pályázott munkakör megnevezését.

ÁLLÁSHIRDETÉS

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

HEGESZTŐ

Feltétel: autogén, AWI és bevont elektródás hegesztő vizsga

Előnyt jelent: hegesztő minősítő vizsga

FŰTÉSSZERELŐ

Feltétel: szakmunkás-bizonyítvány

Előnyt jelent: hegesztő szaktudás

CSŐSZERELŐ

Feltétel: szakmunkás bizonyítvány

KAZÁNKEZELŐ/KAZÁNGÉPÉSZ

Feltétel: fémipari szakmunkás bizonyítvány/kazánkezelő bizonyítvány

Előnyt jelent: középiskolai végzettség

Munkarend: jól tervezhető 12 órás, folyamatos

Bérezés megegyezés szerint.



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

SZOLGÁLTATÁS

Sővényvágás, fakivágás, gyökérkivétel, fametszés, koronaalakítás, kertászás, rotálás, bozótirtás! 06-30/403-6810; 96/826-322.

Ablak, redőny, motoros redőny, szúnyogháló, zsaluza, reluxa, szalagfüggöny, gurtncsere, redőnyjavítás. Ingyenes felmérés! Tel.: 06-70/233-9213.

FESTÉS, MÁZOLÁS, TAPÉTÁZÁS, minőségi, tiszta munka. Ingyenes árajánlat. Érdeklődni lehet telefonon: 06-30/872-0564

BURKOLÁS, lépcsők, fürdőszobák szakszerű kivitelezése, karbantartása, javítása garanciával. Érdeklődni lehet telefonon: 06-30/872-0564

Műanyag, fa, fém nyílászárók tartós, „ablakra szabott” szigetelése garanciával. www.huzatmentes.hu, telefonszám: +36-30/520-9228

Villanyszerelést, villanybojlerek javítását vállalom Győrben és környékén. Kisebbségi munkát is! Tel.: 06-70/384-6557.

Mindennemű kárpitozást, javítást vállalkozunk ingyenes felméréssel, vidéken is. Nagy szövetváltástékkal. Érdeklődni lehet telefonon: 06-20/239-9198.

Költöztetés, lomtalanítás, teherszállítás. Bútor és műszaki termékek szállítása. Érdeklődni lehet telefonon: 06-30/542-0720.

Duguláselhárítás, vízszennyvezeték javítása, bővítése, szaniterék, csaptelepek cseréje. Kül-beltéri burkolatok javítása. 06-70/363-6633.

Kárpitozás! Ülő-, fekvőbútorok javítása, áthúzóanyag választással. Ingyenes felmérés-szállítás. Autók, robotgombok kárpitjainak javítása, áthúzó. Érd.: 06-70/884-6838.

Szobafestést, mázolás, tapétázást, tisztasági festést, gipszkartonrendszerek kivitelezését vállaljuk. Tel.: 06-70/245-8931.

SZÉP-KÁRTYÁK (OTP, MKB, K&H) mindhárom számlájának elfogadása, beváltása, SZÁLLÁSFOGLALÁS. Érdeklődni lehet telefonon: 06-70/564-2280.

EGYÉB

„KÉSZPÉNZÉRT magas áron antik bútort, festményt, herendi porcelánt, Zsolnayt, kristályokat, ezüsttárgyakat, ékszert, régi órákat, könyveket, dísz tárgyakat, hagyatékokat vásárolunk. Hívjon bizalommal! 06-70/640-5101. Díjtalan értékbecsülés!”

Kis lakást vásárolnék, 32-40 nm-eset, azonnal, készpénzzel fizetek. 06-30/348-8691

Biopton lámpát, színterápiát, állványt, dobost, légterápiát, Ceragem ágyat vásárolnék! Érd.: 06-20/529-9861.

Vásárolok szőrmebundákat, használt ruhát, könyveket és egyebeket. 06-20/556-7141

Kéziszerszámokat, kulcsokat, fogókat, kalapácsokat, satukat, műhelyberendezéseket, kerti szerszámokat vásárolnék. Érd.: 06-20/415-8733.

LAKÁSCSERE

Szabadhegyi, 49 nm-es, 1. emeleti, határozott önkormányzati lakást cserélnék 36 nm-es, földszinti önkormányzati lakásra. 06-96/811-195



96/505-050

Belvárosi, 2 szobás, 77 nm-es, komfortos, határozott bérleti szerződéses lakást cserélnék 70-120 nm-es, minimum 3 szobás, határozott-határozatlan idejű, belvárosi, révfalui, nádorvárosi vagy gyárvárosi, téglaépítésű házban maximum 2. emeleti bérleményre. Minimális tartozásátvállalás lehetséges. (Hirdetésszám: 733)

Révfalui, nyugdíjsházi, 1 szobás, 25 nm-es, össz-

komfortos, határozatlan bérleti szerződéses lakást cserélnék 60 nm-ig, 1+2 fél szobás, határozatlan idejű bérleményre. Bán Aladár u. kizárva. (Hirdetésszám: 734)

Adyvárosi, 3 szobás, 55 nm-es, összkomfortos, határozatlan idejű bérleti szerződéses lakást cserélnék 55 nm-nél nagyobb, 2 vagy több szobás, határozatlan idejű, belvárosi, révfalui, nádorvárosi bérleményre. Lift nélküli házban maximum az 1. emeletig. (Hirdetésszám: 735)

Újvárosi, 1 szobás, 34 nm-es, gázfűtéses, határozatlan bérleti szerződésű lakást cserélnék 1-1 1/2 szobás, határozatlan bérleti szerződéses lakásra. (Hirdetésszám: 258)

Gyárvárosi, 2 szobás, 48 nm-es, gázfűtéses, határozatlan bérleti szerződéses, felújított lakást cserélnék belvárosi, szigeti, újvárosi vagy gyárvárosi, 2-3 szobás, 50-60 nm-es téglaépületben lévő, földszinti, vagy panellakásra 3. emeletig. Kisebbségi tartozás megfizetését vállalná. (Hirdetésszám: 259)

Társasházkezelés, Közös képviselő

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



FEMOL AUTÓUDVAR

KÉSZPÉNZES autófelvásárlás
• bizományos értékesítés
• rövid határidővel
• tárolási díj nélkül!
HITELÜGYINTÉZÉS

Győr, Fehérvári út 79. • 06-30/901 5808 • 06-30/914 9951

NÁLUNK OLCSÓBB!

YTONG falazóelemek;
SILKA hanggátló tégla;
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

AZ ÖN EGÉSZSÉGE,
A mi elhivatottságunk!



A&S
TRACTUS-MED

FONTOS ÖNNEK AZ EGÉSZSÉGE?

Ne várjon! Jelentkezzen be hozzánk még ma!

MINIMÁLIS várakozási idővel,
KOMPLEX orvos diagnosztikai rendszerrel,
PROFESSZIONÁLIS egészségügyi ellátással
várjuk vendégeinket.

neurologia belgyógyászat gasztroenterológia

laborvizsgálat ultrahang kardiológia

GYŐR, PÁTZAY PÁL UTCA 7. +36-30/693-4617

MARGARÉTA VIRÁGÜZLET

Győr, Mónus Illés és Nagy Imre út sarok

- Koszorúk, sírcsokrok rendelése
nyugdíjasoknak 10% kedvezménnyel!
- 30 km-es körzetben ingyenes szállítás.

NYITVA: 7-19 óráig • 96/428-964

LÉGKAMRÁS POLIKARBONÁT teraszok-kocsibeállók-medencék fedésére

opál fehér színben,
10mm vastag, multi UV,
erős falvastagsággal

3.745 HUF/m²

ezüst és füst színben

3.175 HUF/m²

Győri kiszállítás INGYENES!

...amíg a készlet tart!



9081 Győrújbarát, Kákostó u. 14.
Tel.: 96/417-988

info@alexovics.hu
www.alexovics.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

Győr-Szabadhegyen épülő, 50 lakásos társasházban eladó ez a 62 nm-es lakás. A 3. emeleten helyezkedik el, de minden emeleten megtalálható ez az elrendezésű lakás. Elosztása: 2 szoba+nappali, erkély.

Búza Tímea:
70/425-5590

Ár: 32,9 M Ft



Győrújbarát új építésű részén 105 nm-es, garázsos ikerház eladó. A házhoz tartozó telek 665 nm, az amerikai konyhás nappali mellett 3 hálószoba kapott helyet. A nappaliból nyílik a 9 nm-es fedett terasz.

Budai Mónika:
30/640-8794

Ár: 42 M Ft



Győrzámolyon eladó új építésű, önálló bejárattal, 97 nm-es, 14 nm terasszal rendelkező, nappali+3 vagy 4 szobás ikerház. A két épületnek nincs közös fala. A telek mérete 1081 nm, ehhez a házhoz 612 nm telekrész tartozik.

Horváth Csilla:
70/321-7759

Ár: 35,9 M Ft



Győr-Révfülu kedvelt részén, új építésű lakóparkban zöldterületre néző, első emeleti, amerikai konyhás nappali+2 szobás, emelt szintű fűtőkész lakás eladó. A 61 nm alapterületű lakáshoz 7 nm erkély tartozik.

Horváth Csilla:
70/321-7759

Ár: 31,936 M Ft



IDÉN IS! Adventi jótékonyság

A tavalyihoz hasonlóan az idén is a Győr-Moson-Sopron Megyei Gyermekvédelmi Központ „Bagolyvár” Gyermekotthona lakóinak szeretnénk szebbé tenni a karácsonyt. December 11-ig reggel 8 és délután 4 óra között várjuk iródnkba az 5-18 éveseknek szóló kis ajándékokat:

- ★ ruha, édesség
- ★ sportszerek
- ★ kreatív foglalkozáshoz eszközök
- ★ tinikozmetikumok

IRODA:
Győr, Kálvária u. 27/A.



Győr-Szabadhegyen épülő ez az 50 lakásos társasház, melyben eladó ez az 56 nm-es lakás. Az első emeleten helyezkedik el, de minden emeleten megtalálható ez az elrendezésű lakás. Elosztása: 2 szoba+nappali+erkély.

Búza Tímea:
70/425-5590

Ár: 29,9 M Ft



Győr-Szabadhegy új, kedvelt lakóparkjában eladó ez az első emeleti, 73 nm-es, nappali+3 szobás, 8 nm erkéllyel rendelkező lakás. Az ár emelt szintű fűtőkész állapotra vonatkozik. Várható átadás: 2020. ősz.

Budai Mónika:
30/640-8794

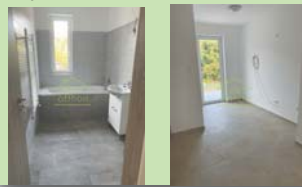
Ár: 34 M Ft



Győrújbaráton eladó ez a 100 nm-es, belső kétszintes, azonnal birtokba vehető ikerház. A házak 400 nm-es telken kerültek felépítésre. Elosztása: amerikai konyhás nappali+3 szoba. A nappaliból nyílik a 26 nm-es terasz.

Budai Mónika:
30/640-8794

Ár: 39,9 M Ft



Győr közkedvelt lakóparkjában, a Sztátdombon új kialakítású, családi ház építésére alkalmas, összközműves építési telkeket kínálunk eladásra. A 654 nm-es telek 18,18 m utcafronttal rendelkezik, telek hossza: 36,35 m.

Budai Mónika:
30/640-8794

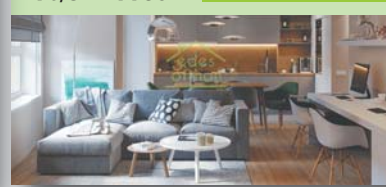
Ár: 17,1 M Ft



Győr-Szabadhegyen eladó ez az első emeleti, 62 nm-es, nappali+2 szobás, dupla fürdőszobás lakás, 8 nm terasszal. Az ár emelt szintű fűtőkész állapotra vonatkozik. Kulcsra-kész kivitelezés megoldható!

Horváth Csilla:
70/321-7759

Ár: 31 M Ft



Győr új építésű lakóparkjában, a Sztátdomb szomszédságában családi házak építésére alkalmas, összközműves építési telkeket ajánlok megvételre, 600-863 nm közötti méretben. Ez a telek 711 nm-es.

Horváth Csilla:
70/321-7759

Ár: 18,5 M Ft



Győr-Révfülu kedvelt részén földszinti kertkapcsolatos és emeleti erkélyes lakások eladók 42-64 nm közötti méretben. Az első emeleti lakás 42 nm-es, amerikai konyhás nappali+1 hálószobás, erkélyes.

Horváth Csilla:
70/321-7759

Ár: 22,794 M Ft



Győr-Szabadhegyen, aszfaltos utcában, könnyen megközelíthető helyen 796 nm-es építési telek eladó. Felépítmény nincs a telken, közművek az utcában, a telek előtt található, lakóövezeti besorolású.

Horváth Csilla:
70/321-7759

Ár: 14,5 M Ft



IDÉN ONLINE SEGÍTI A PÁLYAVÁLASZTÁST A KAMARA

A Győr-Moson-Sopron Megyei Kereskedelmi és Iparkamara idén online térben adott lehetőséget a tanulóknak, hogy a vendéglátóipari és kereskedelmi szakmákban bemutatkozzanak. „A jelen tanulója, a jövő mestere” elnevezésű szakmai bemutatóra közel negyven diák küldött be pályamunkát a megyéből. A pályázat két részből állt: videófelvételt kellett készíteni az előkészületekről, és maga a pályamunka leadása.

A kamara célja, hogy minél több fiatalnak felkeltsék érdeklődését a bemutatott szakmák (kereskedő, pincér, szakács, cukrász) iránt, ezért a beérkezett videókat a kamara Youtube-oldalán közzéteszik. A szervezők bíznak abban, hogy a szakmai online esemény segítséget nyújt a tudatos pályaválasztásban.

Jankó Ernő, a Kereskedelmi Tagozat elnöke elmondta, látva a videókat és a beérkezett pályamunkákat, érdemes volt ebben a rendkívüli, nehéz helyzetben is megvalósítani a rendezvényt, hiszen a pályaválasztásban is segítséget nyújt a fiataloknak. A tagozat elnöke reméli, hogy jövőre ismét személyesen találkozhatnak a tanulókkal.



Ebben az évben minden kategóriában 1-1 különdíjat adott ki a zsűri.

KÜLÖNDÍJAT KAPTAK:

KERESKEDŐSZAKMA: Rimai Katalin Anna és

Foki Jázmin Deniza (Győri SZC Pálffy Miklós

Kereskedelmi és Logisztikai Technikum)

PINCÉRSZAKMA: Pap Roland (Győri SZC Krúdy

Gyula Turisztikai és Vendéglátóipari Technikum)

CUKRÁSSZAKMA: Bóni Mira (Győri SZC Krúdy

Gyula Turisztikai és Vendéglátóipari Technikum)

SAKÁCSSZAKMA: Tóth Anna és Andorka Gergő

(Győri SZC Glück Frigyes Turisztikai és Vendéglátóipari Szakképző Iskola)

Gratulálunk a díjazottaknak! (x)

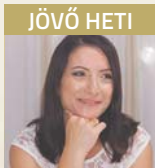


VIGYÁZZUNK AZ UTAKON DOLGOZÓKRA! ŐKET IS HAZAVÁRJÁK!



KÖSZÖNJÜK, HOGY FIGYEL RÁJUK!

GYŐR MEGYEI JOGÚ VÁROS ÚTKEZELŐ SZERVEZETE



HOROSZKÓP

Készítette: Szakács Anna asztrológus

HÉTFŐN 18 ÓRAKOR
A GYŐR+ RÁDIÓBAN!

KOS

Álljanak meg a héten egy kicsit, és összegezzék magukban az eddig elérteteket, gondolják végig céljaikat, és azt is, hogy mit kell még tenniük ezek eléréseért. Ne rohanjanak előre, éljék meg ezeknek a pillanatoknak, felismeréseknek a szépségét. Értékeljék át magukban a dolgokat.

BIKA

Ne elégedetlenkedjenek, nem mennek vele semmire. Inkább változtassanak azokon a dolgokon, amiken tudnak, amik nem tetszenek önöknek, ez elindítja a folyamatokat életükben. Ne várjanak, ez már a cselekvés ideje. Pénzükre vigyázzanak, ne költsékezzék túl magukat, csak megbánnák.

IKREK

Figyeljenek az apróbb jelekre, munkatársaik elszólásaira, ezekből össze tudják rakni magukban, mi is az igazság tulajdonképpen. Ne hangoztassák ezeket most, csak tegyenek belátásuk szerint. Sok csapdahelyzetet kerülhetnek így ki a héten. Maradjanak higgadtak inkább.

RÁK

Ha nem vigyáznak, félelmek, szorongásai veszik át a hatalmat önök felett. Nézzenek ezekkel minél előbb szembe, ne döntsenek, míg ez nem sikerül. Legyenek tudatosak, beszéljék ki magukból párjukkal érzéseiket, gondolataikat. Most mindenben támogatja önöket.

OROSZLÁN

Álljanak meg egy kicsit, összegezzenek. Értékeljék mindazt, amit ebben az évben elértek, értékeljék azokat a barátságokat, amik nem hullottak szét, és engedjék el azokat az embereket lelkükben, akik már nincsenek önök mellett. Tegyék szabaddá lelküket.

SZŰZ

Tegyék rendbe a dolgokat maguk körül, a zűrzavaros állapotok csak elveszik erejüket, energiájukat. Beszéljenek azokkal, akikkel félbe maradt ügyeik vannak, zárják le ezeket, ha lehetséges. Munkájukban, ha nem tudnak előre lépni, gondolják át, mit is szeretnének tulajdonképpen.

MÉRLEG

Ne hagyják félbe az eddig elkezdett terveket, még akkor sem, ha ez most kissé nehezebb a kelleténél. Találnak támogatókat, ne utasítsák vissza a segítséget. Ez anyagilag is nehezebb időszak, rangsorolják a célokat, a fontossági sorrendet tartsák be minél inkább. Lazítsanak is azért.

SKORPIÓ

Változtassanak azokon a hozzáállásokon, elveken, gondolatokon, amik már nem viszik előre önöket. Makacsságuk most sok mindent elronthat, legyenek okosabbak ennél. Párjuk is nehezen bírja elégedetlenségüket, óvják meg kapcsolatukat bírálataiktól. Lassítsanak kicsit.

NYILAS

Posztív időszakban vannak most, azért nem árt önöknek sem, ha összegzik céljaikat. Tartsanak ki ezek mellett, egyeztessék párjukkal is. Munkájukban most nincs nagy előrelépés, nem ez szerepel életük fókuszában. Koncentráljanak inkább magánéletükre, élvezzék az eseményeket.

BAK

Tegyék le felesleges terheiket, lelküket ne nehezítsék a csalódásokkal. Keressenek olyan időszakot, olyan pillanatokat, amikor elcsendesedhetnek egy kicsit, amikor lelkükkel foglalkozhatnak. Ez olyan energiákat szabadít fel önökből, amivel tovább tudnak lépni, megnyugodhatnak.

VÍZÖNTŐ

Koncentráljanak párjukra, magánéletükre a héten, gondolkozzanak együtt. Ötleteikkel leveszik lábukról kedvesüket, és a humor sem marad el persze. Vonják ki magukat egy kicsit a külvilág zajából, teremtsenek meghitt, csendes estéket, beszélgetős délutánokat egymással.

HALAK

Próbáljanak önök is egy kicsit lecsendesedni a héten, ne vegyék át a külvilág problémáit, energiáit. Keressenek alkalmakat baráti találkozásokra, párjukkal teremtsenek meghitt estéket, pillanatokat. Munkájukban lesznek vitás helyzetek, védjék meg álláspontjukat, magukat.

A GYŐR+ TELEVÍZIÓ MŰSORA NOVEMBER 21-TŐL 27-IG

NOVEMBER 21. SZOMBAT

06:00 Községi tér – városok, falvak
06:30 Kertbarát – kertbarátok magazinja
07:00 Híradó – Győr és a régió hírei
07:25 Natura Túra – ismeretterjesztő film
08:00 Híradó – Győr és a régió hírei
08:25 Gázfröccs – autós magazin
09:00 Híradó – Győr és a régió hírei
09:25 Kertbarát – kertbarátok magazinja
10:00 Eddzél Zsúval! – sportoljunk együtt Jakabos Zsuzsával
10:30 Öko-logikus – magazin
11:10 Kertbarát – kertbarátok magazinja
11:30 **NÖVÉNYVÉDELEM A KISKERTekben – ZÖLDSÉGFÉLÉK**
12:00 Válogatás korábbi műsorainkból
18:15 Credo – katolikus krónika
18:45 Mai esti mesénk – mese gyerekeknek
19:00 **GYŐR17 – HETI HÍRÖSSZEFOGLALÓ**
20:00 **FOTO-ZOOM+ / FOTÓS WORKSHOP**
20:20 Breuer – dokumentumfilm
21:10 Az óra – kisfilm
21:30 Csoporkép – dokumentumfilm
22:00 Győri7 – heti hírösszefoglaló
23:00 A magyarság totemállatainak nyomában – ismeretterjesztő film
23:50 A templomfestő – dokumentumfilm
00:00 Nemzetközi Versenytánc Gála – Szolnok 2019

NOVEMBER 22. VASÁRNAP

07:00 Fába vésett történelem – félezer év a népművészet szolgálatában
08:00 Építész – házépítők magazinja
08:30 Győr Symphonic Band – a magyar zene napjai
09:00 Credo – katolikus krónika
09:30 Konyhatörténetek Szarka Zsófiával – főzőműsor
09:45 Foto-Zoom+ / fotós workshop
10:00 Eddzél Zsúval! – sportoljunk együtt Jakabos Zsuzsával
10:30 Madarat tolláról – ismeretterjesztő filmsorozat
11:00 Credo – katolikus krónika
11:30 Sárga, piros, kék – Ferkovics József festőművész útjai
12:00 Válogatás korábbi műsorainkból
17:00 **GYŐR17 – HETI HÍRÖSSZEFOGLALÓ**
18:00 A völgy hangja – dokumentumfilm
18:45 Mai esti mesénk – mese gyerekeknek
19:00 Rózsa Miklós a Filmzenekirály – dokumentumfilm
20:00 Trianoni látárvetítés – a Rómer Flóris Múzeum időszaki kiállítása
20:35 Határtalan tudás – Életünk a Big Data korában
21:00 Szürke fények – Benkő Imre fotográfus
21:45 Múlt a jelenben – dokumentumfilm

NOVEMBER 23. HÉTFŐ

07:00 Eddzél Zsúval! – sportoljunk együtt Jakabos Zsuzsával
07:30 Credo – katolikus krónika
08:00 Mozgásszervi rehabilitációs torna – a PAMOK gyakorlatok
09:00 Szürke fények – Benkő Imre fotográfus
10:00 Eddzél Zsúval! – sportoljunk együtt Jakabos Zsuzsával
10:30 Szigetmonostor a béke szigete – ismeretterjesztő film
11:00 Építész – házépítők magazinja
11:30 Félóra decibel – zenei műsor
13:00 Válogatás korábbi műsorainkból
18:45 Mai esti mesénk – mese gyerekeknek
19:00 **HÍRADÓ – GYŐR ÉS A RÉGIÓ HÍREI**
19:25 **MINDIG GYŐZTES – GYŐRIEK SPORTMAGAZINJA**
20:00 Híradó – Győr és a régió hírei
20:25 Mindig győztes – győriek sportmagazinja
21:00 Híradó – Győr és a régió hírei
21:25 Kertbarát – kertbarátok magazinja
22:25 Lelki egészségünk szempontjai – vendégünk Antal Judit

NOVEMBER 24. KEDD

06:00 Aki dudás akart lenni... – portré Juhász Zoltánról
07:00 Híradó – Győr és a régió hírei
07:25 Mindig győztes – győriek sportmagazinja
08:00 Híradó – Győr és a régió hírei
08:25 A szomszéd vár – turisztikai magazin
09:00 Híradó – Győr és a régió hírei
09:25 Lelki egészségünk szempontjai – vendégünk Antal Judit
10:00 A Szelejmán titok – dokumentumfilm
10:50 INDA filmek – életképek a demenciáról
11:00 Hívószava a hal... – M. Novák András festőművész
12:00 Képzőművészet
13:00 Válogatás korábbi műsorainkból
18:45 Mai esti mesénk – mese gyerekeknek
19:00 **HÍRADÓ – GYŐR ÉS A RÉGIÓ HÍREI**

19:25 KULISSZÁK MÖGÖTT – SZÍNHÁZI MAGAZIN

20:00 Híradó – Győr és a régió hírei
20:25 Kulisszák mögött – színházi magazin
21:30 Híradó – Győr és a régió hírei
21:30 Generációknak – nyugdíjasok magazinműsora
22:00 Híradó – Győr és a régió hírei
22:25 Konyhatörténetek Szarka Zsófiával – főzőműsor
23:00 Híradó – Győr és a régió hírei
23:25 Válogatás korábbi műsorainkból
02:00 Képzőművészet

NOVEMBER 25. SZERDA

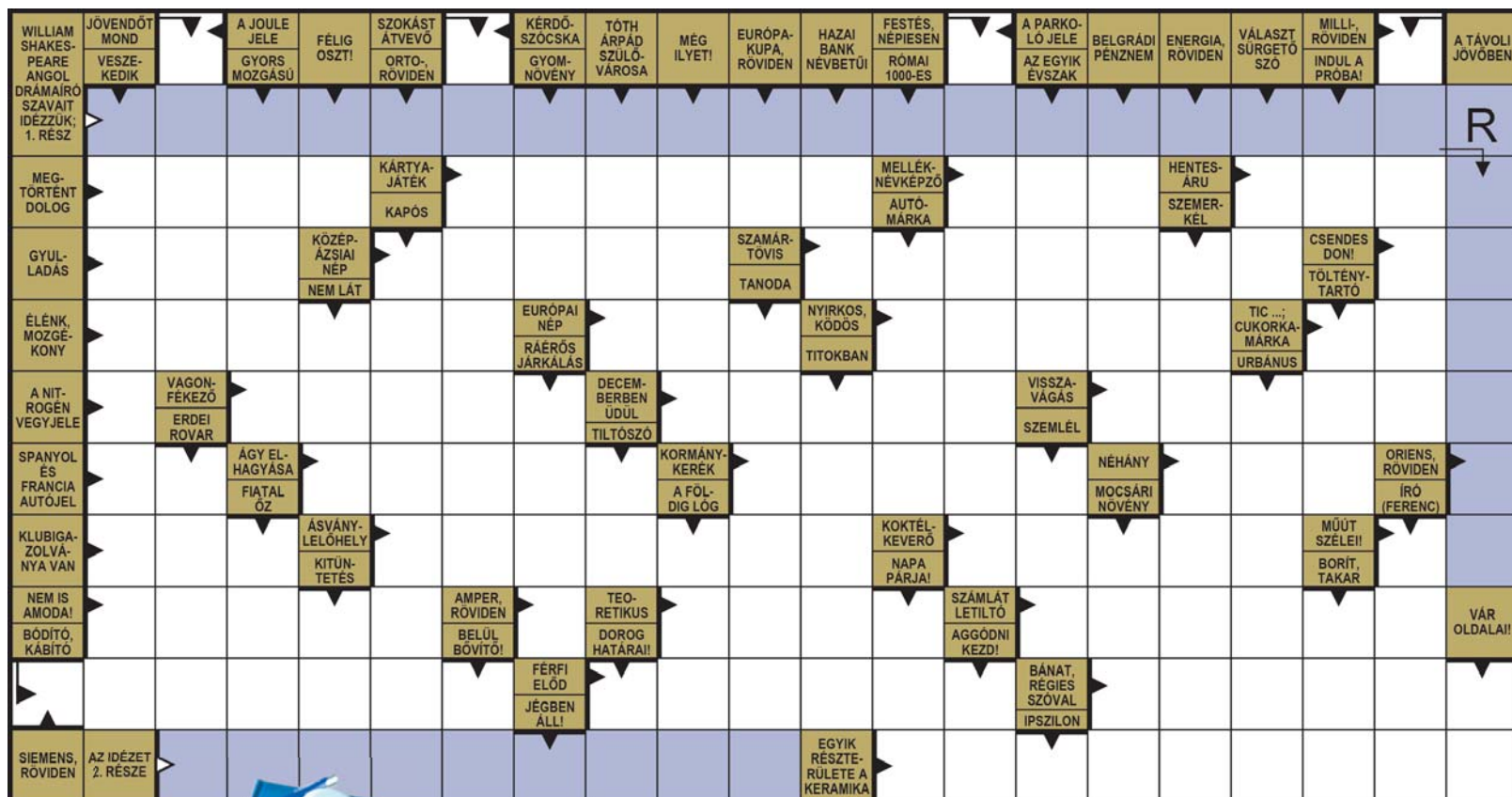
06:00 A magyarság totemállatainak nyomában – ismeretterjesztő film
07:00 Híradó – Győr és a régió hírei
07:25 Tudod, hogy nem tudod? – filmes klisék a valóságban
08:00 Híradó – Győr és a régió hírei
08:25 Kulisszák mögött – színházi magazin
09:00 Híradó – Győr és a régió hírei
09:25 **LELKI EGÉSZSÉGÜNK SZEMPONTJAI – VENDÉGÜNK ANTAL JUDIT**
10:00 Örökké úton – Ferdinándy György író portréja
11:00 Konyhatörténetek Szarka Zsófiával – főzőműsor
11:40 Kertbarát – kertbarátok magazinja
13:00 Válogatás korábbi műsorainkból
18:45 Mai esti mesénk – mese gyerekeknek
19:00 **HÍRADÓ – GYŐR ÉS A RÉGIÓ HÍREI**
19:25 Foto-Zoom+ / fotós workshop
20:00 Híradó – Győr és a régió hírei
20:25 Foto-Zoom+ / fotós workshop
21:30 Híradó – Győr és a régió hírei
21:30 Az óra – dokumentumfilm
20:45 Lámpaidők – kisfilm
22:25 Hogyan élheted az életet energikusan és egészségesen? – vendégünk Molnár Z. Csabáné Fügi Edit nordic walking-tréner

NOVEMBER 26. CSÜTÖRTÖK

06:00 Macskakő – Somoskőújfaluy helytörténeti értékeiről
07:00 Híradó – Győr és a régió hírei
07:25 Moholy-Nagy László – születésének 125. évfordulója
08:00 Híradó – Győr és a régió hírei
08:25 Foto-Zoom+ / fotós workshop
09:00 Híradó – Győr és a régió hírei
09:25 Hogyan élheted az életet energikusan és egészségesen? – vendégünk Molnár Z. Csabáné Fügi Edit nordic walking-tréner
10:00 Felvetések... – portré Hauser Beáta gobelinművészeiről
11:00 Creative chef – főzőműsor
12:00 Képzőművészet
13:00 Válogatás korábbi műsorainkból
18:45 Mai esti mesénk – mese gyerekeknek
19:00 **HÍRADÓ – GYŐR ÉS A RÉGIÓ HÍREI**
19:25 Győr Symphonic Band – a magyar zene napjai
20:00 Híradó – Győr és a régió hírei
20:25 Konyhatörténetek Szarka Zsófiával – főzőműsor
21:30 Híradó – Győr és a régió hírei
21:30 Credo – katolikus krónika
22:00 Híradó – Győr és a régió hírei
22:25 Az egészséges táplálkozás – vendégünk dr. Boncz Ágota

NOVEMBER 27. PÉNTEK

06:00 Nemzeti örökség világszínvonalon – Zsuráfszky Zoltán koreográfus portréja
07:00 Híradó – Győr és a régió hírei
07:25 Credo – katolikus krónika
08:00 Híradó – Győr és a régió hírei
08:25 Natura Túra – ismeretterjesztő film
09:00 Híradó – Győr és a régió hírei
09:25 **AZ EGÉSZSÉGES TÁPLÁLKOZÁS – VENDÉGÜNK DR. BONCZ ÁGOTA**
10:00 Folytonosság – Lelkes Péter formatervező alkotó világa
11:00 Creative chef – főzőműsor
11:40 Foto-Zoom+ / fotós workshop
12:00 Képzőművészet
13:00 Válogatás korábbi műsorainkból
18:45 Mai esti mesénk – mese gyerekeknek
19:00 **HÍRADÓ – GYŐR ÉS A RÉGIÓ HÍREI**
19:25 **GÁZFRÖCCS – AUTÓS MAGAZIN**
20:00 Híradó – Győr és a régió hírei
20:25 Gázfröccs – autós magazin
21:30 Híradó – Győr és a régió hírei
21:30 A szomszéd vár – turisztikai magazin
22:00 Híradó – Győr és a régió hírei
22:25 Azori-szigetek – kisfilm
23:00 Híradó – Győr és a régió hírei



A helyes megfejtést jövő hét szerdáig küldheti be szerkesztőségünkbe: 9023 Győr, Kodály Zoltán u. 32/a vagy jatek@gyorplusz.hu. A szerencsés megfejtő nyereménye egy, a Security Patent által felajánlott ajándékcsomag. Előző rejtvényünk nyertesét e-mailben, illetve postán értesítjük.

ŐRÜLT LEÁRAZÁSOK PÉNTEKE

**SZEREZD BE KEDVENC
DARABJADAT KEDVEZMÉNYESEN
KIEMELT ÜZLETEINKBŐL, AZ ÉV
LEGNAGYOBB LEÁRAZÁSÁN!
2020. NOVEMBER 27.**

**BLACK
PRICE
DAY!**

ÁRKÁD

GYŐR

www.arkadgyor.hu

HÁFRA ÉS SCHATZL IS AZ ETO-BAN FOLYTATJA

Magyar válogatott játékosokat igazolt az Audi ETO KC női kézilabdacsapata. Háfra Noémi és Schatzl Nadine jövő nyáron érkeznek Győrbe a Ferencvárostól. Az ETO mindkét kézilabdázóval hároméves szerződést kötött.

A 22 éves jobbátlövő, Háfra Noémi (fotónkon) 2013-ban igazolt az FTC-hez, előbb az utánpótlás-csapatokban szerepelt, majd kölcsönadták az MTK-nak, a visszatérés után pedig a felnőtt együttes meghatározó tagjává vált. A junior világbajnok játékos 2015-ben bajnoki címet nyert, 2018-ban tagja volt a felnőtt Európa-bajnokság álmoccsapatának, a 2018/19-es és a 2019/20-as idényben is a Bajnokok Ligája legjobb fiatal játékosának választották. A válogatottban eddig 41 mérkőzésen 107 gólt dobott.

Az ETO elnöke, dr. Bartha Csaba elmondta, évek óta figyelték Háfra játékát, és egyértel-



Fotó: Kovács Anikó

műen a magyar kézilabdázás legnagyobb tehetségének tartják. Az ETO szakmai stábjá úgy látja, az átlövő az elmúlt években sokat fejlődött, és Győrben még jobb játékosává válhat. „Évről évre a legstabilabb teljesítményt nyújtotta a magyar játékosok közül, folyamatosan magas szinten teljesített, nyilvánvaló volt, hogy megpróbáljuk őt Győrbe igazolni” – tette hozzá dr. Bartha Csaba.

A 26 éves balszélső, Schatzl Nadine 2015 óta erősíti a Ferencvárost, kétszeres magyar bajnoknak és háromszoros Magyar Kupa-győztesnek mondhatja magát, tavaly az év legjobb női kézilabdázójának választották Magyarországon.

„Sok szép emlék köt a városhoz, rengeteg tapasztalatot szereztem itt, a kézilabda alapjait az ETO-ban sajátítottam el. Természetesen komoly célokkal érkezem, szeretnék minden fronton első lenni az Audi ETO-val” – mondta Schatzl Nadine. A 61 válogatott találkozón 159 gólt szerző játékos 2010 és 2013 között már szerepelt győri színeken.

„Örömteli dolog, hogy Schatzl Nadine visszatér a klubhoz. Büszke vagyok rá, hogy győri neveléssel a keretben szállhatunk versenybe a nagy célokért” – nyilatkozta dr. Dézsi Csaba András polgármester, a klub elnökségének tagja.

A Bajnokok Ligája-címvédő győriektől jövő nyáron távozik a brazil világbajnok Eduarda Amorim, és minden bizonnyal a norvég Amanda Kurtovic, illetve Puhálák Szidónia is elhagyja a csapatot.

FÉLÉVENTE ÚJ AUTÓ?

Már havi nettó **88.888 Ft**-tól

A tájékoztatás nem teljes körű. További részletek: www.carmenrent.hu

MÉSZÁROS A MESTEREK MESTERE

Győr rendezte a tornászok Mesterfokú Bajnokságát, amelyen a hazai klub, a GYAC sportolói uralták a férfiak mezőnyét. Mészáros Krisztofer öt, Kardos Botond két aranyérmet szerzett az Olimpiai Sportparkban.

A verseny nyitó napján egyéni összetettben Mészáros Krisztofer nyert, ezzel megvédte címét, mégsem volt teljesen elégedett az eredményhirdetés után.

„Két hete a magyar bajnokságon sokkal összetettebb voltam, most maradt bennem tartalék a pontatlanságaim miatt” – nyilatkozta a győri tornász, aki aztán rátett még egy lapáttal,

és az országos bajnoksághoz hasonlóan halmozta az érmeiket. Mészáros a szerenkénti döntők első napján talajon és lólengésben is a legmagasabb pontszámot érte el, majd a folytatásban nyerte az ugrás és a nyújtó fináléját is, ehhez gyűrűn még hozzátett egy második helyezést. Kardos Botond korláton gyűjtött be egy aranyérmet, ugrásban pedig második lett. A GYAC versenyzője korábbi vállsérüléséből felépülve ismét százszázalékos állapotban állhatott a szerekhez. „A szombathelyi Világkupán tértem vissza a sérülésből, de a közelmúltban volt egy kisebb húzódásom, ezért egy picit aggódtam, hogy milyen állapotban érkezem Győrbe. Az aggodalom végül fölöslegesnek bizonyult, és ez a korláton bemutatott gyakorlatomon is meglátszott.”

A férfinői mezőnyben a hat szerből ötöt győriek nyertek, mindössze gyűrűn sikerült a honvédos Kiss Baláznak felállni a dobogó tetejére.



Fotó: Freschli József/MATSZ

A nőknél három szeren a Dunaferri tornásza, Kovács Zsófia győzött, egy döntőben pedig a Postás SE versenyzője, Bácskay Csenge volt a legjobb. A hölgyek csapatbajnokságát a Dunaferri, a férfiakét a KSI nyerte. A Mesterfokú Bajnokság válogató volt az Európa-bajnokságokra is. A férfiaknál december 9–13., a nőknél december 17–20. között rendezik a kontinensviadalt a törökországi Mersinben.

Minden baj, nyűg és a pandémiás helyzet ellenére is rendkívül sikeres évet zárt idén a Graboplast Győri VSE kajak-kenu szakosztálya. Négy versenyző mesélt őszintén arról, ők hogyan éltek meg az olimpia elhalasztásától mostanáig tartó, cseppet sem könnyű időszakot.

GYŐRI KAJAK-KENU



NAGYOK ERÉNYE: HÁTRÁNYBÓL KOVÁCSOLTAK ELŐNYT

Szerző: Szigeti Sándor ►
Fotók: kajakkenusport.hu



Balla Virág sikert sikerre halmozott az év során, végig kiváló formában versenyzett, aztán éppen a legfontosabb idei verseny, a szegedi világkupa előtt került akaratlanul is nehéz helyzetbe:

„A szeptemberi világkupára készülő csapatból egyedül az én Covid-tesztem lett pozitív, emiatt azonban szinte az egész győri csapatnak le kellett mondania a részvételt. Nagyon nehéz időszak volt ez számomra. A legjobban az fáj, hogy úgy éreztem, én vettem el a lehetőséget a többiektől. Szerencsére éppen a csapattársak vigasztaltak a legkitartóbban, hogy nem az én hibám, hiszen ez bármikor fordítva is megtörténhetett volna – emlékszik vissza Virág. Az év során a siker kulcsa szerinte az volt, hogy a versenyhiányos szezonból is igyekeztek a legtöbbet kihozni: „Rengeteget rajtgépeztünk például, amire máskor nincs ennyi időnk, s közben semmit sem vettünk vissza az edzés minőségéből és mennyiségéből. Ugyanúgy készültünk, mint ha olimpiai év lett volna. Az idő múlásával aztán szép lassan hátrányból az előnyünkre fordítottuk a történeteket. Rengeteget fejlődünk, mostanra pedig úgy látom, fizikálisan és mentálisan is erősebbek vagyunk, mint tavaly ilyenkor – hangsúlyozza.

Devecseriné Takács Kincső úgy fogalmaz: ez az év tanította meg arra, hogy a sportban csak akkor lehet valamilyen biztos az ember, ha már túl van rajta: „Készültünk az olimpiára, erre elhalasztották, és jó lett volna ott lenni a világkupán, de a sors ezt is másképp akarta. Az ember ilyenkor szembesül vele, hogy mik az igazán fontos dolgok: az élet és az egészség. Csak ezek után következik, hogy sporteseményeket



is biztonságosan lehessen rendezni. Nekünk sem volt más választásunk, túl kellett magunkat tenni a törtéteken. Megfordult a fejemben, hogy a motivációm esetleg nem lesz olyan erős, mint tavaly, de erről szó sincsen. Ugyanolyan lelkesen kezdtük el a mostani téli alapozást, mint az előzőt. Ráadásul azzal a jóleső érzéssel álltunk újra edzésbe, hogy amit csak lehetett, kihoztuk az idei évből."

A háromszoros olimpiai bajnok Kammerer Zoltán a nyár végén fontos döntőben, kajak ezer méter párosban gyűjtötte újabb ma-

A GRABOPLAST GYŐRI VSE NYERTE A BAJNOKI PONTVERSENYT

A közelmúltban elkészült kajak-kenu bajnoki pontverseny összesítése alapján a 2020-as esztendő legeredményesebb magyar klubja a Graboplast Győri VSE lett. A siker értékét növeli, hogy a gyorsasági szakágban a felnőtt, az ifjúsági és a gyermek korosztályban egyaránt a győri szakosztály lett a legjobb, és eredményesen szerepelt a maratoni szakágban is. A koronavírus-járvány dacára több győri versenyző indult a bajnokságban, mint egy évvel korábban, emellett a Graboplast az összes idei világversenyre delegált sportolókat. Szintén komoly sportszakmai siker, hogy a leköszönő Weisz Róbert helyére egy másik győri edzőt, Kadler Viktort választotta meg az országos szövetség a maraton válogatott új vezetőedzőjének.

gyar bajnoki címét, de mint mondja, mégsem ennek örül a legjobban: „Egy olimpiai számban szerzett magyar bajnoki cím természetesen mindig fontos, de legalább annyira lényeges, hogy az idei évre eltervezett edzőmunkát sikerült maximálisan elvégeznem, a tesztversenyeken pedig folyamatosan jó időket mentem. A pandémiás helyzetnek senki nem örül, én sem, furcsa módon mégis ez hozta magával, hogy egy évvel kitolódott a pályafutásom. Ha nem így történnik, ki tudja, most beszélgetnék-e arról, hogyan alakul majd a 2021-es évem?” – teszi fel a kérdést Kammerer, aki továbbra is versenyben van a tokiói kvótáért.

Az ezer méter kajak egyesben világbajnoki címvédő Kopasz Bálint az idei évben inkább ötszázon remekelt. Van-e tanulsága a törtéteknek? – kérdeztük tőle: „A jelek szerint az ellenfeleim ezer méteren mostanra kitárolták a taktikámat, a nagy riválisok pedig kifejezetten rám edzetek. Nincs ezzel probléma, viszont nagyon nem szeretném, ha jövőre ez még egyszer megismétlődne. Pláne, hogy jelen állás szerint végre jön az olimpia! Okultam a törtétekből, és az a típusú versenyző vagyok, aki mindig a maximumot akarja nyújtani. Nem elégszem meg a második hellyel, hiszen nem azért dolgozom. Ahogy az ellenfeleim készültek belőlem, úgy én is tudok készülni belőlük. Izgalmas csaták várhatók! Az idei évben keveset álltam rajthoz, ebben is változás lesz, 2021-ben minden lényeges versenyen ott leszek, hiszen az olimpia miatt az egyik legfontosabb szezon következik.



Akció: november 20–26.

HÚSVÁSÁR

Kocsonyának való húsrészek
TELJES VÁLASZTÉKBAN
folyamatosan kaphatók!

Bőrös sertéscomb
1099 Ft/kg helyett
899 Ft/kg

Sertésszírszalonna 499 Ft/kg
Sertésmáj 320 Ft/kg
Sertés húsos csont 300 Ft/kg

Csirkemellfilé
1199 Ft/kg helyett
999 Ft/kg

Csirkecomb farrészrel 349 Ft/kg
Csirkefarhát 169 Ft/kg

Marhalábszár
1999 Ft/kg helyett
1899 Ft/kg

Marhavelőscsont 999 Ft/kg
Magyar alma
259 Ft/kg

Star toalettpapír
24 tekercses
1099 Ft/cs helyett
899 Ft/cs

Steffl dobozos sör
4,2%-os, 0,5 l, 358 Ft/l
kartonos ár
179 Ft/db

Üzleteinkbe felvesszünk kiemelt bérézzel **MŰSZAKVEZETŐ, ELADÓ, PÉNZTÁROS, HENTES, BOLTI KISSEGÍTŐ** munkakörbe kollégákat. **GYEDES** ellátásban lévők, **MEGVÁLTÓZOTT MUNKAKÉPESSÉGÜK** jelentkezését is várjuk, akár részmunkaidősként is! Eladó, kereskedő szakképzettségben részt vevő diákok részére akkreditált üzleteinkben gyakorlati munkahelyet biztosítunk. Jelentkezés a **mun-kahelygyor@gmail.com** e-mail-címen. Az esetleges nyomdai hibákért felelősséget nem vállalunk.

CBA Kismegyer Győr, Mohi u. 9.
Prima Győr, Ifjúság körút 36.
Prima Győr, Új Élet u. 19.
Prima Győrzámoly, Ancsali u.
Prima Győrújbarát, Széchenyi körút 18.
CBA Delikát Győr, Mónus Illés u. 24/b.
CBA Delikát Győr, Szigethy Attila út 80.

Adj lélegzetvételnyi szeretetet!



A „Lurkó” Győri Kórház Gyermekosztályért Alapítvány a Petz Aladár Megyei Oktató Kórház gyermekosztályán fekvő és a vizsgálatra várakozó gyermekeknek szervez különböző foglalkozásokat, programokat. Önkéntes segítőiknek és az adományoknak köszönhetően nap mint nap azért dolgoznak, hogy könnyebb legyen a gyermekeknek a kórházban eltöltött időszak.



MOST TE IS SEGÍTHETSZ!

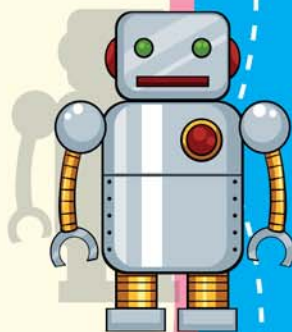
A Lurkó Alapítvány és a Győr+Média közös gyűjtést szervez.
3 eszközt szeretnénk megvásárolni:

Apnoelink Air – éjszakai légzéskimaradás mértékét mutató eszköz
Spirométer – asztma diagnosztizálásához szükséges eszköz
24 órás vérnyomásmérő ABPM

A eszközök ára összesen: 2 millió forint

Tudjuk, hogy nagyon nehéz időszakot élünk meg,
de gondolnunk kell a kórházban fekvő gyermekekre is!

Adakozni a **good.hu** oldalon,
az **Adj lélegzetvételnyi szeretetet!**
kampánynál lehet.



KÖSZÖNJÜK!
😊

