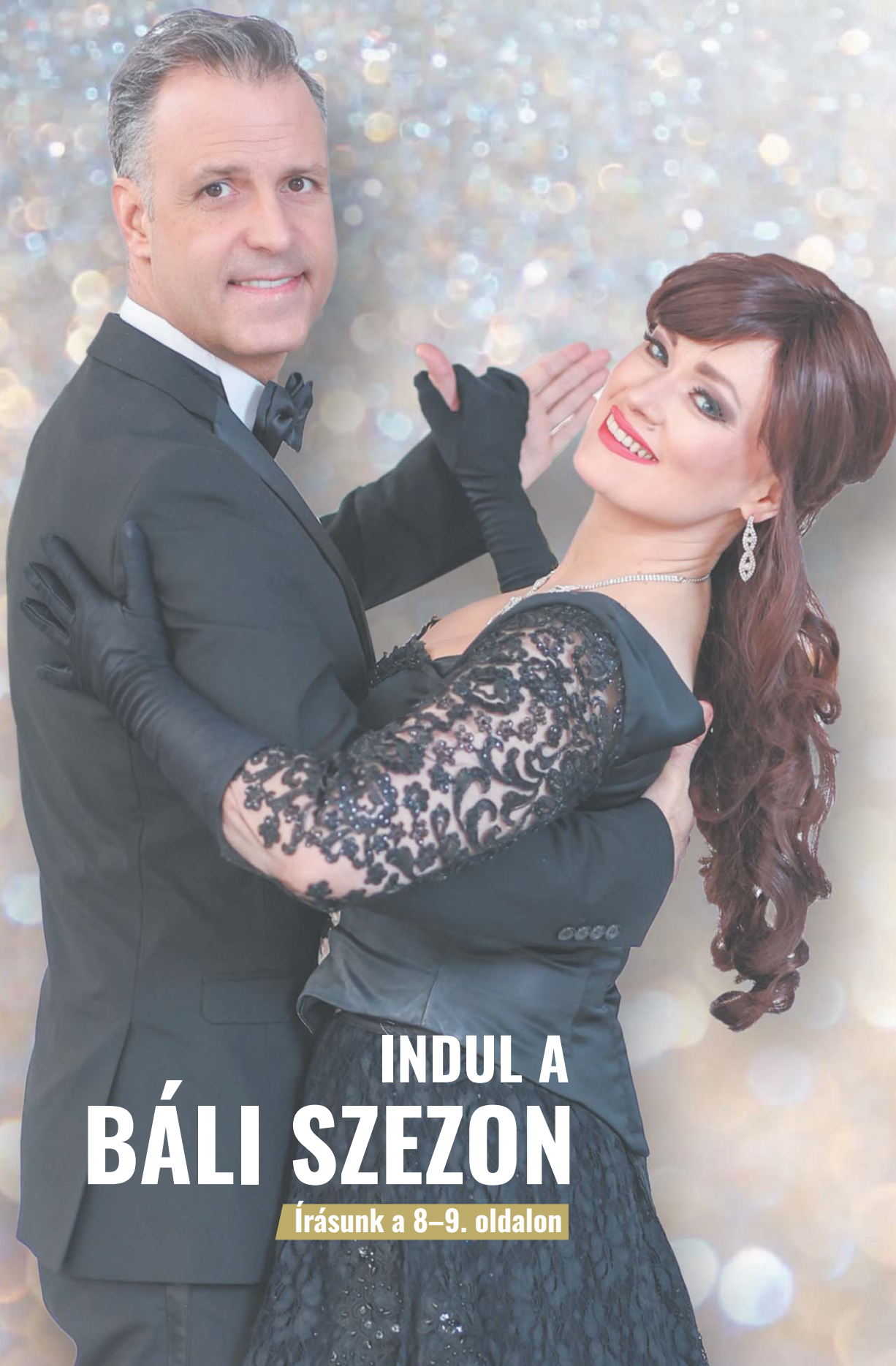


GYÖR PLUSZ

XVI/02 + 2026/01/16

A VÁROS LAPJA



INDUL A BÁLI SZEZON

Írásunk a 8–9. oldalon



ÁLLJON MEG A NYÚL!

Még karácsony előtt, gondoltam, beugrom egy ruhás-lakberendezős multiba, és beszerezek néhány apróságot, amivel még hangulatosabbá varázsolhatom az adventi díszbe öltöztetett otthonomat. Álltam a polcok között, amikor hirtelen csak ennyi jutott eszembe: na, álljon meg a nyúl! Vagy inkább: mi, emberek hova rohanunk?! Amerre csak néztem, tavaszi dekorációk, húsvéti nyulak minden létező méretben, színben és anyagban. Tojások, kiscibék, kacsák – minden, ami egy tavaszi, húsvéti dekorációhoz kell. Csakhogy húsvét a tavaszi napéjegyenlőséget követő első holdtölte utáni vasárnapra esik, 2026-ban például április 5-ére. Én pedig december 21-én álltam a nyúlrengetegben. Tudom, mindent a kereslet és kínálat szabályoz. De akkor is: miért siettetjük ennyire az időt? Miért akarunk állandóan előre rohanni, miközben szinte mindenhol azt halljuk: éld meg a pillanatot? Igen, ehhez belső béke kellene – és az a képesség, hogy kizárjuk azt a rengeteg zajt, amit a világ mesterségesen generál körülöttünk. Sarkon fordultam és kijöttem az üzletből. A fejem zsongott. Karácsony előtt vagyunk és már a húsvétra készülünk? Még meg sem vártuk Krisztus megszületését, de már a feltámadására hangolodunk? Akár tetszik, akár nem: ezek az ünnepeink erről szólnak. A kereszténység legnagyobb ünnepeiről van szó! Nem fenyő- és nem nyúlünnepek. Tiszteľjük az életet, az időt, az ünnepeinket – és legfőképpen egymást. Mert mindennek megvan a helye és az ideje. A húsvétnak pedig még nagyon nem most.

TIHANYI ÁRPÁDRA EMLÉKEZTEK SZÜLETÉSÉNEK 110. ÉVFORDULÓJÁN

Tihanyi Árpád, az 1956-os forradalom győri mártírja előtt tisztelegtek múlt péntek délelőtt Győrben, születésének 110. évfordulóján. Ünnepi beszéddel, búcsúlevél-felolvasással idézték fel a tanár-hazafi életútját.



Fotó: Marcali Gábor

Ünnepi beszédet Szeles Szabolcs tanácsnok, önkormányzati képviselő mondott: „Ma, amikor a világban, ma, amikor Európában, ma, amikor Magyarországon a háború és a béke kérdése egyre

nyomasztóbb, nem kell, hogy magunkra maradjunk. Össze kell fognunk, mert együtt erő vagyunk” – hangsúlyozta, majd felidézte Tihanyi Árpád életútját, aki Győrben született, tanított és ak-

tívan gazdagította a helyi kultúrát, hagyományokat és identitást. Kiemelte határozott, karakteres személyiségét, valamint azt, hogy a forradalom kitörésekor az elsők között kapcsolódott be az eseményekbe, részt vett az október 23-ai győri tüntetésen. Hangsúlyozta, hogy Tihanyi hitt a demokráciában, a hazájában és a családjában, ezért kötelességünk emlékezni rá és továbbvinni mindazt, amit képviselt: a kiállást az elvekért, a családjáért és Magyarorszáért.

A megemlékezésen részt vettek a Tihanyi család tagjai, Tihanyi Árpád októberben átadott szobrának adományozói, valamint helyi lakosok és diákok is. Az ünnepség megható pillanata volt, amikor Reider Norbert, a Győri SZC Pálffy Miklós Kereskedelmi és Logisztikai Technikum tanulója felolvasta a mártír búcsúlevelét a Tihanyi család megjelent tagjainak.

A GYÁSZ ÉS A KÖZÖS EMLÉKEZÉS ÖSSZEKÖT

A 2. magyar hadsereg 83 évvel ezelőtti, 1943. január 12-én történt tragédiájára emlékeztek a bencés templomban hétfőn este. Idén is sokan elmentek a szentmisével egybekötött ünnepségre, melyet a Szent László Határőr Hagyományörző Egyesület és a Történelmi Vitézi Rend Területi Székkapitánysága rendezett.

A szentmisét Major Fulgent atya celebrálta, aki homíliájában kiemelte: „A Don-kanyarból 130 ezer magyar katona nem tért haza. A családokon kívül az egész magyarság gyászolta és gyászolja azóta is hőseinket. A gyász nem csupán fájdalom, hanem közös emlékezés, ami összeköt bennünket.” A liturgiát követően a szervezők nevében először

Fehér Imre köszöntötte a résztvevőket, majd Széles Sándor vármegyei főispán beszédében úgy fogalmazott: „A tragédia a mai napig feldolgozhatatlan és nagyon nehezen értelmezhető a mi életünkben.” Arról is szólt, hogy ő tizenegy évesen szem-

besült vele, hogy nagyapja is harcolt a Don-kanyarban, majd szovjet hadifogságba került. Másoktól tudta meg, mert a családban nem beszéltek róla. Az ünnepség végén a résztvevők a közös koszorúra nemzeti színű szalagokat kötöttek.



Fotó: Ábrahám Kitti

BIZTOS VÁLASZTÁS: SZÍNVONALAS KONGRESSZUS, MEGBÍZHATÓ, RUTINOS JELÖLTEK

SZELES SZABOLCS ÉS DR. FEKETE DÁVID INDULHAT A MANDÁTUMÉRT

A december 22-i győri csoportgyűlésen hozott döntés alapján a győri egyes számú választókerületben Szeles Szabolcsot, míg a kettes számú választókerületben dr. Fekete Dávidot javasolták a Fidesz országos választmánya számára országgyűlési képviselőjelöltnek.

A Fidesz január 10-én tartott, budapesti kongresszusán hivatalosan is bejelentették a jelölteket, akik rutinos politikusként, a fejlesztéseket és a támo-

választást, de húsz éven át megnyertek minden önkormányzati választást és az uniós csatlakozás óta diadalmasokdtak az összes európai parlamenti választáson is.



gátásokat szem előtt tartva igyekeznek dolgozni Győrért és térségéért, közösen összefogva az itt élőkkel.

A Fidesz–KDNP 65 régi és 41 új jelölttel indul az országgyűlési választáson – jelentette be Orbán Viktor, a Fidesz elnöke a párt szombaton Budapesten tartott 31. kongresszusán. „En húsz év miniszterelnökség után is készen állok a feladatra” – jegyezte meg Orbán Viktor, majd emlékeztetett arra, hogy a Fidesz egymás után négyszer kétharmaddal nyerte a parlamenti

A kongresszuson többször is elhangzott, hogy sorsdöntő év előtt állunk, a háború és a béke ügye a legnagyobb kérdés. Erről is beszélt lapunknak dr. Fekete Dávid, aki a vármegye 2-es számú választókerületében képviseli a Győrben és a térségben élők érdekeit. „A nemzeti kormány továbbra is a béke pártján áll, Magyarországnak ki kell maradnia a háborúból. A választás egyik tétje, hogy beadjuk-e a derekunkat Brüsszelnek, és bevándorlóországgá tesszük Magyarországot is, vagy folytatjuk a lázadást, és visszaverünk minden brüsszeli

migrációs kísérletet. 2026-ban is a Fidesz a biztos választás. A többi között azért, mert ilyen bizonytalan nemzetközi környezetben, mikor szomszédunkban is háború dúl, az egyetlen békepárti erő a Fidesz Magyarországon. Mi azon leszünk, hogy folytassuk a fejlesztéseket, hogy támogassuk a családokat, a fiatalokat, az idősebbeket és a vállalkozásokat egyaránt. Sikeres esztendőnk vannak mögöttünk, együtt szeretnénk tovább építeni a közös jövőt. Béke, biztonság, szuverenitás, fejlődő jövő, együtt, összefogással Magyarországon,

Győrben és térségében!” – hangsúlyozta dr. Fekete Dávid.

Igazi lokálpatriótaként képviselheti városát Szeles Szabolcs az egyes számú választókerületben. „Örülök, hogy abban a megtiszteltetésben lehet részem, hogy ez a politikai közösség, amihez immáron 35 éve tartozom, jelöltséggel bízott meg. Elismerés és megtiszteltetés, ugyanakkor felelősség is a hazám, a városom és a közösségem iránt. Azt szoktam mondani, hogy az ember szíve közepe az a Jóisten, de rögtön ott van mellette a hazája, a szerettei, a felesége, a gyermekei, a szülei, és nekem az a város, ahol felnőttem, ez Győr városa. 2026 tavaszán sorsot választunk Magyarországon és Magyarországnak. A biztos választás mi vagyunk! Együtt erő vagyunk” – fogalmazott Szeles Szabolcs.

Dr. Sulyok Tamás köztársasági elnök bejelentette:
„Az alaptörvényben és a választási eljárásról szóló törvényben foglaltaknak megfelelően, az erről szóló határozatommal kitzútem az országgyűlési képviselők 2026. évi általános választását. A szavazásra 2026. április 12-én, vasárnap kerül sor.”

EZ VOLT 2025 MÁSODIK FÉLÉVE GYŐRBE

A tavalyi év második feléve a fesztiválokról, a kulturális programokról, közösségi ünnepekről szólt. A belvárosi fesztiváloktól a városrészi megújulásokon át a történelmi megemlékezésekig sokszínű, mozgalmas időszakot tudhat maga mögött a megyeszékhely.

JÚLIUS

Nagykorú lett a Győrkőcfesztivál, mely tíz helyszínen mintegy ezer programmal várta a gyermekeket július 4. és 6. között Győr belvárosában, a Vaskakas Bábszínház szervezésében.

Július 7-én kezdődött és két hét alatt befejeződött a Zechmeister utca felújítása a Munkácsy utca és Jókai utca közötti szakaszon. A munkálatok során mintegy 2400 m² felületen új kopórteget dolgoztak be. A szakemberek 300 tonna friss aszfaltot használtak fel, így a teljes útfeület szegélytől szegélyig megújult. Emellett rendbe tették a parkolóterületet is, és új útburkolati jeleket festettek fel.

Az önkormányzat 30 millió forinttal támogatta a Petz Aladár Egyetemi Oktató Kórházat. A támogatásból 52 légkondicionálót szereltek be a szakrendelőkhöz.

Július 10-én ünnepélyesen elindították az új Audi Q3-as gyártását Győrben, az eseményen Orbán Viktor is részt vett.

A különleges eseményen közel száz kivilágított vízi jármű szelte a habokat.

Ugyanezen a napon ünnepélyes keretek között vette kezdetét a Győri Rotary Fröccsnapok programsorozata.

Az adyvárosi Tőparty megújult, fő színpadi programként Fásy Ádám és a Zeneexpressz fellépői szórakoztatták a közönséget.

Ünnepélyes keretek között avatták fel a Győr-Szabadhegy városrészben található József Attila-emlékmű új kiegészítő elemét. Az alkotást, amely egy sztélé formájában idézi meg a költő „Mama” című versét, eredetileg is a szobor részeként képzelte el a neves alkotó, Rieger Tibor.

Megújult a Gárdonyi Géza utca egy szakasza, a 180 méteres részen kicserélték az elhasznált kopórteget.

AUGUSZTUS

A Győr Projekt Kft. által szervezett kétnapos Barokk Eskü-

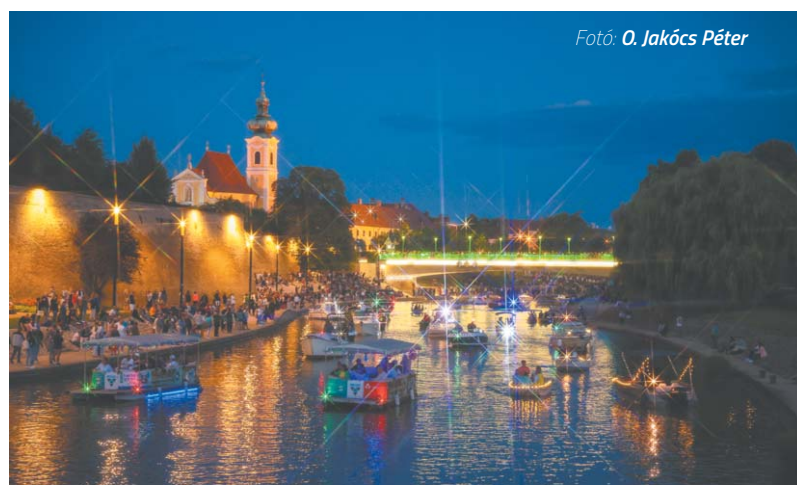
előtt zajlott esküvői szertartás különleges élményt nyújtott mind a résztvevőknek, mind a közönségnek.

Különböző forrásokból több óvodát felújítottak, megszüpítették nyáron.

val ellátott tornazsákot is kaptak az első osztályosok.

A Kravtex Kft. megnyerte a MÁV-csoport Volán-flottájának közbeszerzését, s így 869 korszerű Credobus Econell 12 Next fiatalítja 2027-ig a buszflottáját. A győri céggel szeptember 2-án írták alá a szerződést.

Történelmi léptékű fejlesztések indulnak el Győrben, amelyek



Fotó: O. Jakócs Péter

Régi hagyomány kelt életre a lampionos felvonulással

Az államalapítás ünnepére készülődve hatalmas Szent Korona-installációt állítottak fel a Városház téren. Hagyományosan Szent István király lovas szobránál tartotta ünnepi megemlékezését a győri önkormányzat augusztus 20-án.

Augusztus 28-án ünnepélyes keretek között adták át a Kosuth-iskola megújult sportudvarát, játszótérét.

Augusztus utolsó hetvégén a hagyományos borlovag-felvonulással vette kezdetét a Győri Bornapok programsorozat, amelyet ezúttal a Radó-szigeten rendeztek meg.

SEPTEMBER

A győri önkormányzat ismét megajándékozta a város összes elsős kisdíákját egy kezdő füzet-csomaggal. Idén újdonságként egy, a győri városháza grafikájá-

évtizedekre meghatározzák a város jövőjét. Ezért a kormány szeptember 1-től, két évre Győr és térsége élhetőségéért és fejlesztéséért felelős miniszteri biztosnak nevezte ki dr. Fekete Dávid önkormányzati képviselőt (Fidesz-KDNP), a város korábbi alpolgármesterét.

A magyar kormány a Rába Nyrt.-ben meglévő többségi tulajdonrészének értékesítéséről döntött. A 4iG Űr és Védelmi Technológiák Zrt. (4iG SDT Zrt.) projektvállalata (4iG SDT EGY Zrt.) tőzsdén kívüli részvény-adásvételi szerződések keretében megvásárolta a Rába Nyrt. többségi, 74 százalékos tulajdonrészét, és 1789 forintos ajánlati áron kötelező nyilvános vételi ajánlatot tett a fennmaradó részvényekre.

Szeptember 27-e a mozgásról szólt. Őszi, családi kikapcsoló-



Fotó: Ács Tamás

Nagykorú lett a Győrkőcfesztivál

Július 18-án életre kelt egy régi hagyomány, látványos lampionos hajós felvonulást tartottak a Rábán és a Mosoni-Dunán.

vőn, augusztus 9-én fogadott egymásnak örök hűséget Szendrő Veronika és Kántor Szabolcs. A több ezer néző

dásra hívták a győriekeket az Olimpiai Sportparkba. Ez az új helyszín adott otthont ezúttal az immár 20. alkalommal megrendezett Arrabona Futófesztiválnak. Az OSP-n kívül az Aqua Sportközpontban és a Barátság Sportparkban is várták a mozgás kedvelőit.

OKTÓBER

Október elsején írtuk: a győri közgyűlés döntése értelmében megvásárolhatók azok az önkormányzati tulajdonú lakások, melyeket határozatlan idejű bérleti szerződéssel bérelnék.

Október 6-án az 1848–1849-es forradalom és szabadságharc vértanúira emlékező koszorúzási ünnepséget tartott a győri önkormányzat a Batthyány téren. Kollégánk, O. Jakócs Péter fotójával nyert díjat a Győri Nemzeti Színház. A Magyar Teátrumi Társaság által meghirdetett „Színházat vegyenek! Marketing Díj 2025” elismerésen a „Legjobb előadáskampány” kategória díjazottjai között szerepel.

Október 22-én fáklyás felvonulással emlékezett 1956. október 23-ára Győrben a Fidesz–KDNP. A program a Török István utcai emlékhelynél kezdődött és Tihanyi Árpád szobránál fejeződött be.

Több helyszínen átívelő megemlékezést tartottak Győrben október 23-án. Ekkor avatták fel Tihanyi Árpád szobrát, melyet Németh Ottó és felesége, Dobos Márta ajándékozott a városnak.

NOVEMBER

Győr újabb különleges látványossággal gazdagodott: a Zoo Győr Wild Light Park a térség első állatkert tematikájú fényparkja.

Huszonnegyedik alkalommal nyitotta meg kapuit a Győri Könyvszalon, a háromnapos programsorozat november 14. és 16. között várta az irodalom, a művészetek és a közösségi élmények szerelmeseit Győr szívében. Az Alkotói Díjat Berg Judit kapta.

A Győri Értéktár Bizottság 2025. november 6-i Győri SZC

Bercsényi Miklós Közlekedési és Sportiskolai Technikum Könyvtárában tartott ülésének eredményeként hét új értékkel bővült a Győri Értéktár: „Győri Történelmi és Régészeti Füzetek”, „Napóleon-ház”, „Farsang Sándor festő- és grafikusművész életműve”, „Csányi Károly életműve”, „Kazinczyról elnevezett Szép Magyar Beszéd Verseny”, „Fűjdogál a szél... népdal-éneklési minősítő verseny”, „Nádorvárosi Kupa – utcai kosárlabda-bajnokság”.

Az M19-es autótú–Felüljáró út sokat emlegetett csomópontjában kicserélték a 31 éves, elhasználódott kopóréteget, 2000 négyzetméter felületen mintegy 250 tonna aszfaltot dolgoztak be a csomópontban.

Győrben kezdte meg országjárását a Digitális Polgári Köörökkel Orbán Viktor. Az Olimpiai Sportparkban tartott esemé-



Fénypark nyílt az állatkertben

nyen több száz meghívott vendég előtt tartott beszédet a miniszterelnök.

Dr. Fekete Dávid miniszteri biztos sajtótájékoztatón jelentette be: Győr és térsége történelmének új fejezetéhez érkezett, amely hosszú évtizedekre meghatározza majd az életünket. Ezért nagyszabású konzultációt indítottak, amelynek célja, hogy a helyben élők véleménye alapján határozzák meg a régió jövőbeni fejlesztési irányait.

Győrben is elindult az Angel Shot mozgalom kolléganőnk, Baksa

Erika kezdeményezésére. Az Angel Shot koktél nem egy különleges ital, hanem egy nemzetközi segélykérő jelszó, amelyet azért hoztak létre, hogy a bántalmazott vagy a veszélyben lévő nők diszkrétan segítséget kérhessenek a vendéglátóhelyeken.

A Széchenyi téren felállították a város karácsonyfáját, amely nemcsak méreteivel, hanem ritka szépségével is lenyűgözte a járókelőket. Az ezüstfényű Győr-újbarátról érkezett.

Forgalmas nap volt a győri városházán: november 27-én nemcsak közgyűlést, de közmeghallgatást is tartottak, ez utóbbira összesen tíz kérdező jelentkezett.

A Győr-Szol Zrt. munkatársai folyamatosan dolgoztak a lakások felújításán. A szolgáltató célja, hogy minél több ingatlan találjon új lakóra. Eddig több mint száz

adventi programsorozat, melyet a Győr Projekt Kft. szervezett idén.



Tihanyi Árpád-szobrot avattak

DECEMBER

Hatvanhat éves korában elhunyt Róth Kálmán, a Győri ETO és a magyar női utánpótlás kézilabda-válogatottak korábbi mestere, a Győri ETO utánpótlás-igazgatója.

A Hunor Roadshow keretében városunkba érkezett Kapu Tibor, a második magyar úrhajós, valamint Cserényi Gyula kiképzett kutatóúrhajós.

Medárd, a hős kisleány felismerte édesanyja rosszulását és hívta a mentőket, akikkel felnőtteket meghazudtoló bátorsággal beszélt és megtette, amit sokan nem mertek volna. A kisleányt vendégül láttuk szerkesztőségünkben.

December 22-én a Fidesz győri szervezete közleményben jelezte, hogy a győri 1-es választókerületben Szeles Szabolcsot, míg a 2-esben dr. Fekete Dávidot indítják a jövő évi parlamenti képviselői választásokon.

December 31-én lejárt a városi temetők üzemeltetésére szóló szerződés, azonban a folytatásra kiírt közbeszerzéssel gondok voltak. A Győr-Szol Zrt. a helyzet rendezéséig tovább vállalta az üzemeltetést.

VITAMINOK ÉS SÓTERÁPIA

A január beköszöntével nemcsak a hideg, hanem az influenza és a nátha is megérkezik, amelyek évről évre próbára teszik a szervezetünket. Szerencsére a megelőzés sokkal egyszerűbb, mint gondolnánk: néhány tudatos szokás, természetes segítség és egy kis odafigyelés már jelentősen csökkentheti a fertőzések kockázatát. A vitaminokban gazdag étrendtől a méhek értékes ajándékain át egészen a sóterápiáig számos olyan módszer létezik, amely támogatja immunrendszerünket, és segít könnyebben átvészelni a téli hónapokat.

Szerző: Győr+
Fotó: Ács Tamás

A téli bacilusok ellen nem kell drága vagy bonyolult módszereket alkalmazni. A rendszeres kézmosás, a felületek tisztítása, a bőr védelme, valamint az egészséges életmód kombinációja már önmagában is jelentősen csökkenti a fertőzés kockázatát.

A megfelelő vitaminbevitel, a C- és D-vitamin, valamint a rendszeres testmozgás erősíti az immunrendszert. Rövid séta vagy otthoni jóga segít fenntartani az energiaszintet, és ezzel együtt a szervezet ellenálló képességét is. C-vitamint most elsősorban a citrusfélékből – narancs, mandarin, grapefruit – meríthetünk. A napfény hiánya miatt D-vitamin-pótlásra, kiegészítő tabletta is szüksége lehet a szervezetünknek. Együnk minél több halat, májat, tojást is!

A betegségek megelőzésére, kezelésekre kiegészítésére a méhek által termelt természetes táplálékok közül sok átsegít bennünket ezen az időszakon. Ilyen a méz, amelynek természetes antibiotikum-tartalma magas, tele van jótékony vitaminnal, ásványi anyaggal. A virágpor is fontos lehet ebben az időszakban, a fehérjéket építő aminosavak teljes készletét tartalmazza, ezért az egyik legjobb fehérjeforrás. A propolisz is természetes antibiotikum hatású, magas vitamin-, ásványianyag-, enzimtartalommal. Fertőzésekre, meghűléses

problémákra javasolt. Segít a vérnyomás, értágítás szabályozásában is.

A méhpempő az örök élet elixirje. A normál életműködéshez szükséges összes anyagot tartalmazza.

Iktassuk be ezekben a hetekben az étrendünkbe a fokhagymát, savanyú káposztát, gyömbért és sütőtököt is!

Sóterápia

A téli időszakban különösen gyakoriak a légúti panaszok, az elhúzódó megfázás, arcüreggyulladás, fülgyulladás, sokan keresnek ezekre olyan természetes, gyógyszermentes megoldást, amely hatékonyan és fájdalommentesen segíthet a gyógyulásban.

Otthon vagy a munkahelyen só párologtatásával fokozhatjuk a légzőszerveink öntisztítását, mi-



vel a sós pára hatására megnövekszik a levegőben a negatív töltésű ionok koncentrációja, ami segíti a tisztulást. Magunk is elkészíthetjük a párologtató só-tálat úgy, hogy egy nagyobb üvegedénybe egy kilogramm párologtató sót teszünk (lehet himalája, parajdi vagy közönséges sódarabok is), feltöltjük annyi vízzel, ami éppen csak ellepi.

Az otthoni párologtatás mellett mehetünk sószobába is, vagy igénybe vehetünk komplex sóterápiát, ami nem ugyanaz, mint egy „egyszerű” sószoba, hiszen ez nem egy „wellness-szolgáltatás”, hanem szakmai, egészségügyi háttérrel rendelkező, komplex kezelés. A kezelés egy magas koncentrációjú, száraz aeroszolos, befúvásos sószobával indul, ahol 30-45 percet töltenek el a vendégek. A teremben olyan erős a só koncentrációja, hogy érezte „sóködben” ülnek. A gyerekek játszanak vagy rajzolnak, a felnőttek pedig próbálnak relaxálni a pihenőszékekben. A belélegzett só segít a nyálkahártyán

letapadt váladék feloldásában és segíti a nyálkahártya természetes folyamatainak beindítását. Ezt követi egy váladékkoldó, lazító sóoldatos inhalálás, végül pedig egy Proetz-kezelés, amely



átmosásos orrszívást jelent. A kezelés célja a légutak tisztítása, a gyulladás csökkentése és a nyálkahártyák regenerációjának támogatása.

A gyerekek különösen érintettek a légúti megbetegedésekben, és míg egyes gyógyszereket a legkisebbeknél nem szabad alkalmazni, a sóterápia már 2 hónapos kortól bevezethető a gyógyulás érdekében. A sóterápia hatékony az immunrendszer erősítésében, segíthet a köhögés, orrdugulás enyhítésében, és gyorsítja a gyógyulást fülgyulladás, arcüreggyulladás esetén.

Minden kezelés egyéni igényekre szabott, a szakemberek folyamatosan figyelik az állapot alakulását. A sóterápia így nemcsak a tünetek enyhítésében, hanem a megelőzésben és a jobb közérzet elérésében is természetes segítséget nyújt.



Szomorú és ijesztő jelenség a közélet eldurvulása, az agresszió és a trágár beszéd általánossá válása. Rajtunk is múlik? Tehetünk valamit ellene? – erről kérdeztük Ambrus Mónika kommunikációs mentort, négygyermekes édesanyját.

Szerző: J. Kovács Andrea
Fotó: Ambrus Mónika

A fizikai és a szóbeli erőszakosság az egész világot átszövi, melynek az egyik oka valószínűleg, hogy az interneten nagyobb kockázat nélkül lehet fröcsögni. Még csak kimozdulni sem kell hozzá, a fotel kényelméből névtelenül vagy álprofilal bárki bármit írogathat. Az online téren kívül a valódi emberi kapcsolatok is eldurvultak, gyakori az agresszió, a fenyegetés, és általánossá vált a trágár közbeszéd.

Marshall Rosenberg a hatvanas években fejlesztette ki az erőszakmentes – újabban inkább együttműködőnek nevezett – kommunikáció módszerét, az EMK-t. Az amerikai pszichológus „A szavak ablakok vagy falak” című könyvében arról ír, hogy beszélgethetünk valakivel úgy, hogy egyre közelebb kerülünk hozzá, vagy ellenkezőleg, egyre távolodunk tőle. Mindez attól függ, hogy a szavainkat hogyan válogatjuk meg.

Ami az én generációmnak még kimondhatatlan volt, azt ma úton-útfélen halljuk a munkahelyen, a közlekedésben, a médiában vagy társaságban. Ha viszont túl gyakran halljuk, egy idő után fel sem tűnik, később már normálisnak érezzük és előbb-utóbb mi magunk is ki fogjuk mondani. Ezért semmi meglepő nincs abban, hogy a fiatalok körében mennyire általánossá vált a közönséges beszéd. Ez azért veszélyes, mert a gondolatokkal és a szavakkal ágyazunk meg a tetteknek.

Az, hogy milyen a családon belüli kommunikáció, nagymértékben függ tőlünk, nőktől. S mivel a pedagógustársadalom elnöiese-

dett, az óvodában, iskolában jó részt velük találkoznak a gyerekek, ezért még kiemeltebb a szerepünk.

Az együttműködő kommunikáció működőképes, hiszen Rosenberg módszerét alkalmazták a politikában, az arab–izraeli, valamint több afrikai konfliktusban. Az EMK lényege, hogy ha két ember bárhol a világon a beszélgetésük során elég mélyre ás, előbb-utóbb valahol találunk egy olyan közös pontot, ahol összekapcsolódnak. A modell a családon belüli és a munkahelyi problémáknál egyaránt használható. Persze nem megy egyszerre, ugyanúgy meg kell tanulni, mint bármi mást. A jó hír, hogy Győrben is vannak szakemberek, akikről el-sajátíthatjuk az alapokat.

Én folyamatosan gyakorlom. A módszer négy lépését kivettem a hűtőszekrényre, így mindig szem előtt van és emlékeztet. Képzeljük el, hogy hazaérve óriási rendetlenség fogad. Ilyenkor nem kezdek azonnal dühödtlen üvölni. Helyette először megfigyelem, ami elém tárul: látom a kabátokat, cipőket, táskákat szétszórva.

Aztán arra próbálok rájönni, hogyan érzem magam ettől? Dühös vagyok, csalódott, szomorú, mert annyiszor elmondtam teljesen hiába. A harmadik a saját szükségletem felismerése: fáradt vagyok és pihenni szeretnék. Negyedik lépésként több választásom is van. Például mondhatom: Pihenésre van szükségem, ezért megtennétek, hogy most elrakjátok a ruháitokat, cipőiteket? Vagy: Most adjatok nekem tanácsot, hogyan mondjam el, hogy a kéresemnek legyen fogatja? Persze ez nem megy ennyire simán, de ha kitartóan csinálom, akkor varázslatos az eredménye.

Általában én lepődök meg a legjobban, mert rádöbbsz, hogy valóban így kellene beszélni mindenkivel. S ez a hozzáállás lassan megváltoztat, vagyis saját magammal is jót teszek. Amikor egy kisebb közlekedési balesetet szenvedtem el, a közelben állók legnagyobb csodálkozására az agresszív támadás helyett teljesen normálisan és higgadtan beszéltem a baj okozójával, akiben nem ellenséget, hanem egy másik, hullafáradt anyukát láttam. Erre a szemléletre tanítottam meg az évek során a gyerekeimet is, akik – most már felnőttként – ugyancsak érdeklődnek a kommunikáció iránt.



KOMMUNIKÁCIÓS TRÜKKÖK DURVASÁG ÉS TRÁGÁRSÁG ELLEN



hétszínvirág
soterápia

„Ahol a lélegzet teremti
a gyógyító teret.”

www.hetszinvirag-soterapia.hu

9028 Győr, Fehérvári út 80. 2. em.

Scanneld be a QR kódot
és ismerd meg a
Hétszínvirág Soterápiát:



MIT VÁLASSZUNK IDÉN?

A karácsonyi ünnepek után kezdetét veszi a báli szezon, amikor egymást érik a táncos mulatságok. Ilyenkor a megjelenés kiemelten fontos: az események többségén formális öltözet (szmoking vagy estélyi ruha) az elvárt, melynek pontos részleteit a meghívó dress code-ja is tartalmazza.

Szerző: Tretyén Zsófia

Fotó: O. Jakócs Péter

Az idei trendek a természetesség és a modern elegancia találkozására épülnek. Letisztult vonalak, kifinomult szabásmegoldások és finoman megkomponált részletek határozzák meg a báli divatot. Színekben a pasztell árnyalatok és a fémesen csillogó tónusok dominálnak: a vajas krém, púderrózsaszín, krémes lila vagy a kopott zöld igazán trendinek számít. Természetesen a fekete továbbra is örök klasszikus, hiszen elegáns, karcsúsít és sosem megy ki a divatból.

A ruhák különlegességét idén a merész kivágások, rafinált szabásvonalak, rojtok és 3D-s díszítések (virágapplikációk) adják. Anyaghasználatban a szatén, a tüll és a csipke kerül előtérbe.

Fontos azonban, hogy az ideális ruha mindig összhangban legyen a viselője testalkatával.

A magas derekú szoknyák rafinált felsőkkal vagy bodykkal párosítva modern hatást keltenek, míg a bátrabbak overált is választhatnak, akár aszimmetrikus szabással. Egy elegáns nadrágkosztüm szintén stílusos és meglepő választás lehet. Kiegészítőkben a statement ékszerek hódítanak, főként arany árnyalatban: nagy fülbevalók, nyakláncok, karkötők és brossok teszik teljessé az összképet. Bálba egy kis kézitáska az ideális, a cipők között pedig a strasszos, aranycsatos modellek a legdivatosabbak.

A frizurák terén az elegáns kontyok és a laza hullámok uralkodnak, míg a sminkben érdemes vagy a szemet, vagy az ajkakat hangsúlyozni.

Az urak számára a báli etikett továbbra is a klasszikus eleganciát diktálja. A szmoking – fekete vagy sötétkék árnyalatban – időtálló választás, szmokinginggel, csokornyakkendővel és mandzsettagombbal kiegészítve. A lábbeli jellemzően sötét vagy fekete lakkcipő, de világosabb cipő is szóba jöhet, ha színben harmonizál az övvel. Egy finoman hímzett mellény diszkrét különlegességet adhat az összképnek.

A legfontosabb szabály azonban nem változik: az öltözködés mindig tükrözze a viselője személyiségét, ne akarjunk felvenni olyat, ami távol áll tőlünk, mert akkor diszharmóniába kerülünk, és csak végigfeszengjük az eseményt ahelyett, hogy jól éreznénk magunkat.

(Címlapfotónkon Mózes Anita és Nagy Balázs színművészek)



ELINDULT A BÁLI, FARSANGI SZEZON

A 2026-os farsangi báli szezon január 6-án (vízkereszt) kezdődött, és február 17-ig, húshagyókeddig tart. Ez idén kifejezetten rövid időszak: alig hat hét. A Médiabál húszéves mérföldköve, a 400 éves bencés gimnázium emlékévének nyitánya, az első Kazinczy Bál debütálása és a jótekonysági estek sokszínű sora mind azt jelzi, hogy városunkban a farsang nem csupán mulatság, hanem közösségteremtő ünnep is.

A jubileumi, 20. Médiabált január 17-én rendezik meg Győrben, az Egyetemi Csarnokban. A Médiabál évek óta nemcsak a régió

egyik legnagyobb társasági eseménye, hanem a Széchenyi István Egyetem díjátadó gálája is, és ezen a rendezvényen hirdetik ki az Év médiaszemélyisége díjazottját. Az est sztárfellépője Dér Heni lesz, aki lendületes koncertjével gondoskodik a fellejthetetlen szórakozásról.

A XIII. Győri Bencés Bált február 7-én rendezik meg a Czuczor Gergely Bencés Gimnázium és Kollégiumban. A farsangi időszak hagyományos közösségi eseménye, amely az öregdiákok, családtagjaik, szülők és barátok találkozását és a közösségi kapcsolatok ápolását szolgálja. Az idei bál különleges jelentőségű,

hiszen megnyitja a 400 éves intézmény alapítási emlékévét.

Az I. Kazinczy Bált január 23-án tartják a Kazinczy Ferenc Gimnázium és Kollégiumban. A bál fellépője Nagy Balázs, a Győri Nemzeti Színház népszerű színművésze és énekes, aki szórakoztató műsorával garantáltan felpörgeti az est hangulatát.

A Farsangi Aranykapu eseményt február 21-én tartják a Kristály Étteremben. A jelmezes buliban igazán farsangi hangulatban tölthetik az estét.

A Hild Technikum 80. jubileumi tanévének alkalmából rendezik

meg a Hild Bált, amely közösségépítő és hagyományteremtő céllal várja a résztvevőket január 30-án, 19 órától a Kristály Étteremben. Az est bevétele a Hild Közhatalmú Alapítvány szakmai programját támogatja. A zenét a Hello Kids Zenekar szolgáltatja. A műsorban a jelenlegi és volt hildes diákok hip-hop, néptánc és hangszerezes produkciókkal lépnek fel.

A GYMSM KIK Kézműipari Tagozata január 31-én, szombaton 18 órától rendezi meg a 22. jótekonysági bálját a Kristály Étteremben. A belépő összege egyben adományként is szolgál. A bálon összegyűlt összeget jótekonysági célra fordítják, a résztvevők



Németh Boglárka
és Ficsór Dávid

EZEK A FARSANGI JELMEZEK HÓDÍTANAK IDÉN

Minden évben farsangkor fejtörést okoz a szülőknek: idén minek öltözzön a gyerek? A trendek évről évre változnak, de vannak olyan jelmezek, amelyek időtállóak.

Szerző: *Trestyén Zsófia*
Fotó: *O. Jakócs Péter*

Agyerekekre jellemző, hogy a kedvenc mesehősüknek szeretnének beöltözni. Az óvodások körében most Bing nyuszi, a Mancs őrjárat szereplői, Elza és Anna a Jégvárásból a legnépszerűbbek.

A legkisebbek és az iskolás korosztály körében mindig népszerűek az „egyenruhások”, vagyis a tűzoltó, a rendőr és a mentő. Szintén gyakori választás az autóversenyző. Amik soha nem mennek ki a divatból: a szuperhősök, úgyhogy sok-sok Pókember, Batman és Superman fog szaladgálni az aulákban.

Az állatos jelmezek népszerűsége is töretlen: tigris, sün, elefánt vagy dinoszaurusz – ezek mind olyan választások, amelyeknél a kreativitás szinte határtalan. Előnyük, hogy kényelmesek, rétegezhetők, és könnyen átalakíthatók akár meglévő ruhádrabokból is.

Az iskolás korosztályban a K-pop démonvadászok megy most nagyot, így ezek a jelmezek lesznek a leggyakoribbak közöttük.

**HA EGYETLEN TIPPÜNK LEHETNE,
MI LESZ IDÉN A LEGNÉPSZERŰBB JELMEZ,
AKKOR EGYÉRTELMŰEN
AZ ŰRHAJÓS LENNE A VÁLASZUNK!**

Az elmúlt években a boltok kínálata jelentősen megnőtt, ami a jelmezeket illeti, és ezek a termékek meglepően alacsony áron beszerezhetőek. A legnagyobb kínálat azokban az üzle-

tekben van, ahol „minden” kapható, de a használatruha-boltokban szintén sok jó állapotú jelmez fellelhető a farsangi időszakban. Ha időben elkezdünk gondolkodni, akár online ren-



desre is van lehetőség: a legnagyobb közösségi oldal piactere és a legismertebb használatruha-árusító alkalmazás számos

úton van egy hatalmas jelmezkölcsönző. Akik éreznek magukban ehhez affinitást, saját kezűleg is elkészíthetik a gyermekük jelmezét. Néhány ötlet, ami otthon is könnyen megvalósítható:

Focista: a legtöbb fiú szeretne labdarúgó lenni, a farsang kiváló alkalom, hogy legalább beöltöz-

hessenek annak. Egyszerű megjeleníteni: egy mez, egy sportcipő és egy hosszú zokni, máris kész egy kicsi Szoboszlai!

Pillangó: Kartonból kivágott, színesre festett szárnyak, fekete leggings és póló, valamint egy fejpántra erősített csápok.

Robot: Egy nagy kartondoboz alufóliával bevonva már futurisztikus megjelenést ad. Színes kupakkal, gombokkal díszítve igazán egyedi lesz.

Szőlő: lufikat rögzítünk egy ruhára, a közlekedés nem lesz benne a legegyszerűbb, de maga a megvalósítás nem bonyolult.

pedig tombolafelajánlásokkal is hozzájárulhatnak a rendezvény sikeréhez.

A Torkos András Jótékonyági Bál, amely a Péterfy Sándor Evangélikus Gimnázium, valamint a Győri Evangélikus Egyházközség közös bálja, február 7-én lesz a Kristály Étteremben. Az est hangulatáról az Aktuális Egyenleg zenekar és DJ Solymi gondoskodik.

A tornászbál március 21-én 18.30-tól a Kristály Étteremben lesz és szervezik az ETO kézilabda-szurkolóinak bálját is, valamint valószínűleg idén is lesz a hagyományos evezős bál.

Információink szerint szervezik az orvos- és jogászbált is, részleteket azonban még nem tudunk meg.

A januári téli esték alkalmasak arra, hogy átgondoljuk, mit tettünk a kertünkért. Milyen munkát végeztünk, hogyan járultunk hozzá ahhoz, hogy szép legyen a környezetünk, és egészséges zöldségek, gyümölcsök kerüljenek a család asztalára. Érdekes számba venni azt is, mi sikerült kevésbé jól, vagy milyen károkat okozott az időjárás: a fagyok, a viharos szelek, az erős napsütés vagy éppen a száraz időszakok. Ha mindezt végiggondoljuk, jövőre már felkészültebben vághatunk neki a kertészkedésnek, és sok problémát megelőzhetünk.



A KERTÉSZ TÉLEN SEM PIHEN

SZÁMVETÉS ÉS ELŐRE TERVEZÉS



Fotó: Tutatamafilm/shutterstock.com

Szerző: Nagykuti Viktor kertész, szakíró

Néhány jó tanács, praktika a következő évre: olyan fajtákat választunk a kertbe, amik az ottani feltételeket, adottságokat (főleg talajt) jól bírják. Fontos tehát a fajtaválasztás, de egy gyümölcsfánál fontos az alanyválasztás is, hiszen ő a kapcsolat a talaj és a fajta között.

Az alma inkább a savanyú talajokat kedveli, de a nagyon tömör, levegőtlen talajon rosszul fejlődik. A körte, a birs alanyok korán termőre fordulnak, de érzékenyek a magas mésztartalomra, valamint a szárazságra is. A körte magonc ala-

nyai erős fát eredményeznek, de későn fordulnak termőre. A birs a nagyon kötött talajt és a homokos nagyon lazát sem szereti, illetve a pangó vízre is nagyon érzékeny.

A cseresznye a mély rétegű humuszban gazdag, jó vízgazdálkodású termőtalajokat szereti. A meggy ennyire nem kényes, de a pangó vizet nem bírja. A kajszi-barack csak a meszes talajokon érzi jól magát, savanyú talajoknál Myrabolan alanyt választunk. Őszibarack, keserűmandula alanyok vályogtalajra valók. A szilva talán a legigénytelenebb, jól bírja a homokos és agyagos talajt is, az öntözést száraz talajnál meghálálja akár 40-50%-os terméshozaddal.

Az áfonya kimondottan csak erősen savanyú talajban érzi jól magát, ezért legjobb, ha egy nagyobb lyukakkal ellátott, savanyú talajba vagy savanyú tőzegbe feltöltött dézsába ültetjük el, és évről évre gondoskodunk a talaj savanyításáról. Ezt akár erdei lombföld ráterítésével biztosíthatjuk vagy a kertészeti árudákból savanyú talajkeveréket vásárolunk.

Szemponthoz bőven van, amit egy kert beültetése előtt figyelembe kell venni, de egy már kész kertben is figyelni kell a növények állapotára, fejlődésére, növényvédelmére, sőt azt sem árt feljegyezni, hogy mennyi csapadék hull a kertünkbe és mennyit kell locsolással pótolni.

Fontos, ha egy-egy fajtán évről évre ugyanaz a betegség elhatalmasodik, akkor lehet, hogy érdemes elgondolkodni azon, hogy egy másik fajtára lecseréljük.

A téli estéken már érdemes a zöldség- és virágágyásokat is eltervezni, így könnyedén összerakható a gazdaboltok bevásárlólistája, sőt érdemes a régi vetőmagokat is átnézni.

Ugyanezt a növényvédelemben használt szerekekkel, eszközökkel is tegyük meg. Tervezhetünk akár egy locsolórendszert is a kertünkbe, ami akár több hordó összekapcsolásából és csepegtetőhálózat kiépítéséből áll. Egyszerű, de nagyon jó megoldás a kertünk különböző pontjain locsolótartályok (műanyag hordók) elhelyezése, amikből könnyedén levegő hőmérsékletű vizet vihetünk a növényeinkre locsolókannák segítségével.

**MOST ÉRDEMES
A TAVASZI
VIRÁGÁGYÁSOKAT
MEGTERVEZNI**

Egy kertbarát télen sem pihen, számot ad és tervezi a jövőt! Mindezek ismeretében kívánok önöknek egész évben örömteli kertészkedést, amit Isten segítségével bőséges termés koronáz!

Mivel minden családban előfordulhat, hogy a család egyik tagjának vagy ismerősének vére vagy vérkészítményre van szüksége, kérünk minden jó szándékú, segítőkész embert, jelentkezzen véréadásra!

Hétfő-szerda: 7-16 (véradók fogadása 7-15.30) • Csütörtök: 7-18 (véradók fogadása 7-17.30) • Péntek: 7-14 (véradók fogadása 7-13.30)

A fenti időpontokban a Regionális Vérellátó Központban várjuk a vért adni szándékozókat (Győr, Magyar u. 8.).

A véradók részére a Dr. Petz Lajos parkolóházban (Vasvári Pál utca) az első óra díjmentes, utána 200 Ft/óra díj fizetendő, de a díjszámítás 15 perces egységekben történik.

Két véradás között 56 napnak kell eltelnie. Ennyi időre van szüksége a szervezetünknek, hogy regenerálódjon.

VÉRADÁS

GYŐRI LÁNY A VILÁG MÁSODIK LEGDRÁGÁBB HÖLGYE HETVENNYOLC MILLIÁRDOT FIZETTEK ÉRTE

Győri hölgyet ábrázol a világ második legdrágább festménye, melyet nemrég 78 milliárd forintnak megfelelő 236,4 millió dollárért licitáltak el. Gustav Klimt festményén a Győri Szeszgyár és Finomító Rt. alapítójának lánya, Léderer Erzsébet látható. A világ legdrágábban eladott festménye Leonardo da Vinci Salvator Mundi című alkotása, amelyet 2017-ben egy New York-i aukción 450,3 millió (vagy ahogy egyes források említik, 450,5) dollárért vásároltak meg.

Szerző: Hajba Ferenc

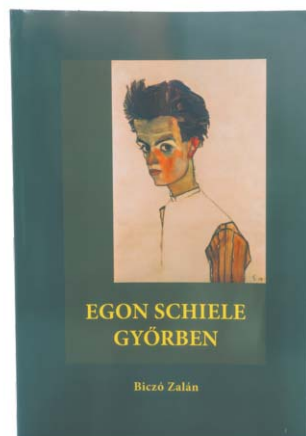
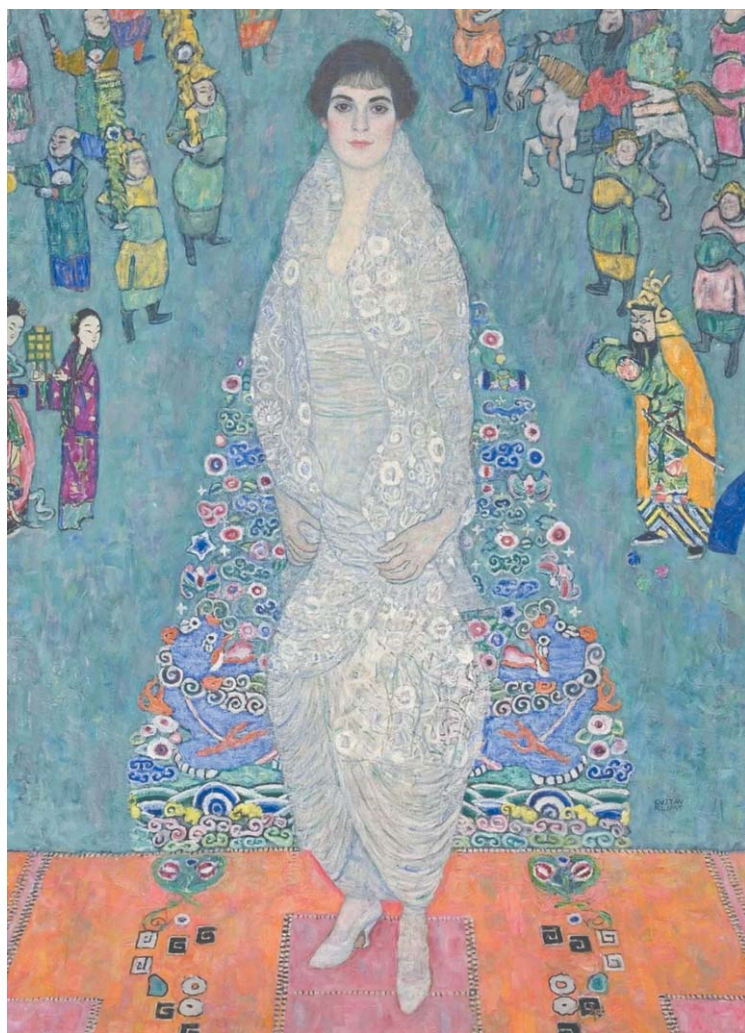
Hirtelen a helyi közvélemény fókuszába került a győri szeszgyárat alapító, később a város és a térség iparához a vagongyár tulajdonosaként is kapcsolódó Léderer Ágoston és családja. Korábban dr. Kloss Andor, a Kisalföld volt főszerkesztője, majd Winkler Gábor építész írt a família és a kor legjelentősebb festőinek közeli barátságáról. A szeszgyár történetét könyvbe foglaló Honvári János professzor emeritus már korábban tudományos igénnyel dolgozta fel a Léderer család jelentőségét Győr iparában, s említést tett a művészet iránti szeretetükről, a festőkkel tartott kapcsolatukról.

Biczó Zalánnak, a Széchenyi István Egyetem jogi kara könyvtárosának a legutóbbi, 24. Könyvszalonna adta ki a Szülőföldünk Honismereti Alapítvány az Egon Schiele Győrben című könyvét, mely Lédererek és az osztrák festő barátságáról, s ennek eseményeként Schiele győri látogatásáról szól. Az akkor fiatal osztrák művész – akinek talán legismertebb képe A halál és a lány –, a bécsi modernizmus egyik legjelentősebb képviselője számára Klimt vonatkozási pontot jelentett. A Léderer család mindkettőjükkel támogató barátságot ápolt. Biczó könyvéből kiderül, hogy Schielét 1912-ben Győrbe hívta a gyáros. Őt Klimt ajánlotta a család figyelmébe. Schiele vonattal érkezett Győrbe, és a Royal Meixner Szálló húszas számú szobájában lakott. Innen járt naponta a gyárvárosi Léderer-villába tanítani a családtagokat.

Győrben készült leghíresebb festménye az akkori „kecske-

hidat” ábrázolja, sajátos nézőpontból. Ez a kép jelenleg New Yorkban található, egy magángyűjteményben, tudjuk meg Biczó írásából. Röviddel e könyv megjelenése után, tavaly robant a bomba: 78 milliárd forintnak megfelelő dollárért licit újtán elkelt Klimt egyik késői portréja, mely egy hölgyet ábrázol. A hölgy pedig nem más, mint Léderer Ágoston lánya, Erzsébet. Szeréna, Ágoston felesége vagonokat fizetett azért, hogy bécsi otthonának szalonját Klimt festményei és rajzai díszítsék – írja a pár hete megjelent munkájában Csendes Tünde győri helytörténész, angol-történelem ta-

nár: „A művészet iránti lelkesedése odáig terjedt, hogy Klimt egyik legprovokatívabb és legismertebb műve, a 24 méter hosszú Beethoven-fríz – legalább átmenetileg – Léderer Szeréna szalonjában talált otthonra. Ez a gesztus tökéletesen illusztrálja, milyen mértékben vált a család a bécsi modernizmus egyik legfontosabb mecénásává. És ennek a szoros személyes és művészeti kapcsolatnak lett később a gyümölcse az a portré, amely ma minden idők második legdrágább aukcionált festményeként szerepel, és amelynek modellje a győri nagyparas lánya volt.



Egon Schiele

Az elsősorban bizarr figuráiról ismert képzőművész első kedvenc témája a vonat volt. Az állomásfőnök fiaként a vasútállomás feletti lakásban lakott a család. Tizenhat évesen kezdett el tanulni a Bécsi Képzőművészeti Akadémián. A konzervatív oktatás miatt három év múlva elhagyta az intézményt, és megalapította a Neukunstgruppe művészcsoporthat. Bécsben ismerkedett meg példaképével, Gustav Klimttel. Huszonnyolc éves korában spanyolnáthában hunyt el. Sok groteszk aktkép maradt utána, művészetét sokan undorítóknak, mások nyíltan, őszintén és meghökkenően bátornak tartják. Méltó helyét az utókor már kijelölte a képzőművészet történetében.

Gustav Klimt

Ikonikus festménye A csók. Az alkotó 1862-ben egy Bécs környéki faluban született. Első jelentős művészeti kezdeményezése az épületek díszítésére szakosodott Művészkompania csoport létrehozása volt. A bécsi egyetem freskósorozattal bízta meg. Elkészült vázlatait azonban visszautasították, s a kifizetett előleget is visszafizették vele. Ezután eltávolodott a Secession mozgalomtól és Berlinbe ment, ahol elnyerte a Villa Romana díjat. Képeiért hatalmas összegekkel versengenek a múzeumok és a gazdag gyűjtők világszerte. Spanyolnáthában és tüdőgyulladásban hunyt el. Festményei közül sok befejezetlen maradt.

ÁLLÁSHIRDETÉS

A GYŐR-SZOL Zrt. Távhő-
szolgáltatási Igazgatósága
felvételt hirdet

FÜTÉSSZERELŐ

munkakör betöltésére

Amit elvárunk: • Fűtőszerszám, cső-
szerelő vagy más vasipari végzettség
• B kategóriás jogosítvány

Előny: • Győri vagy Győr környéki
lakhely

Amit kínálunk: • Béren kívüli jutta-
tás a próbaidő lejártát követően •
Vidékieknek munkába járás támo-
gatása • Bejelentett munkaviszony
• Hosszú távú, biztos munkahely

Foglalkozás jellege: 8 órás mun-
kaidő • egy műszakos munkarend



Önéletrajzát a következő címre várjuk:
Győr-Szol Zrt. HR-osztály, 9024 Győr, Or-
gona u. 10., vagy e-mailen: munkaugy@
gyorszol.hu. A borítékra kérjük, írják rá, il-
letve az e-mail tárgyában tüntessék fel a
munkakör megnevezését.

LEFAGYÁSOKAT ELŐZÖTT MEG

A SÍKOSSÁGMENTESÍTÉS

Ezen a héten is folytatta a síkosságmentesítési munkát a Győr-Szol Zrt. A hóeltakarítás mellett a csapadék lefagyásának megakadályozása volt a legfontosabb feladat.

Az eső, ónos eső lefagyásának megelőzése érdekében már a január 12-éről 13-ára virradó éjszaka is folyamatosan végez-

te a síkosságmentesítést a kezelésében lévő útszakaszokon a Győr-Szol Zrt. A készenléti ügyeletben lévő állomány a város



legforgalmasabb útszakaszain kezdte meg a csúszásmentesítést.

A Győr-Szol Zrt. munkatársai és járművei a technológiai előírásoknak megfelelően elsőként a hidakon és a felüljárókon, a tömegközlekedési, valamint a főútvonalakon dolgoztak. A kerékpárutakat kisebb járművekkel, a járdákat, buszmegállókat, a hidak, felüljárók lépcsőit, a gyalogátkelő helyeket és azok környékét kézi erővel sózták és takarították.

A rendszeresen használt szóróanyag mellett folyékony kalciumkloridot is juttattak ki a burkolatokra. A szolgáltató a teljes saját gépi és személyi állománnyal, valamint az alvállalkozók bevonásával dolgozott.

A Győr-Szol Zrt. továbbra is folyamatosan figyeli az időjárási előrejelzéseket és a körülményeknek megfelelően végzi a síkosságmentesítést a kezelésében lévő területeken.

ÁRKÁD BLUE MONDAY

**VEDD FEL A KESZTYŰT AZ ÉV
LEGSZOMORÚBB NAPJÁVAL
AZ ÁRKÁD GYŐR ROTUNDÁBAN!
ITT ÉS MOST NEMCSAK
KIÜTHETED A LEGNAGYOBB
MUMUSODAT, DE HA VAN NÁLAD
EGY LEGALÁBB 5000 FT ÉRTÉKŰ
VÁSÁRLÁST IGAZOLÓ BLOKK,
EGY STRESSZLABDÁT IS
MAGADDAL VIHETSZ
A BORÚSABB NAPOKRA!
2026. JANUÁR 19-25.**



A programváltozás jogát fenntartjuk.

*A készlet erejéig





Bár az utóbbi napokban a tiltás ellenére többen is rámerészkedtek a győri tavak jegére, a Győr-Szol Zrt. felhívja a figyelmet, hogy az állóvizek és folyók befagyott felületén tartózkodni élet- és balesetveszélyes! Győrben nincs korcsolyázásra kijelölt szabad vízi terület, a tiltás független a képződött jég vastagságától.

Bár a vízfelületeken sok helyen jegesedés indult, a vizek jegén tartózkodni balesetveszélyes. A szabad vízben való tartózkodás alapvető szabályait megfogalmazó hivatalos rendelet szerint a szabad vizek jegén tartózkodni azokon a helyeken szabad, ame-

lyek nem esnek tiltó rendelkezés alá. Aki mégis rámegy a befagyott tavak jegére, azt saját felelősségére teszi, a szabályszegőket pedig a hatóság megbírságozhatja.

A télies időjárás miatt csúszásveszély alakulhat ki a vízpartokon is. A győri folyópartok több pontján figyelmeztető táblák jelzik a fokozott balesetveszélyt, így ezeket a sétálóutakat mindenki saját felelősségére használhatja. A téli időszakban érdemes fokozottan figyelniük az itt közlekedőknek, hiszen ezeken a helyeken könnyen előfordulhat jegesedés, még enyhébb időben is jelentős a csúszásveszély.

JANUÁR 20-IG ÉRVÉNYESEK A TAVALYI PARKOLÁSI BÉRLETEK

A 2025. évben váltott éves, a IV. negyedévben váltott negyedéves, valamint a 2025 decemberében váltott havi parkolási bérletek 2026. január 20. napjáig érvényesek. Az idei évre érvényes parkolóbérletek igényelhetők a Győr-Szol Zrt. Jókai utcai, Orgona utcai, valamint az ETO Park üzletközpont I. emeletén található ügyfélszolgálati irodáiban vagy online, a szolgáltató internetes oldaláról.

Akinek adataiban nincs változás, könnyen és egyszerűen megvásárolhatja 2026-os kedvezményes árú lakossági parkolási bérletét online is a Győr-Szol Zrt. internetes oldalán. A kedvezményes árú lakossági parkolási bérlet online módon történő megújításának további feltétele, hogy az ingatlan tulajdonosának személye meg kell, hogy egyezzen az igénylő szemé-

lyével. Ezen a felületen online vásárolhatóak az övezeti bérletek is egész évben, folyamatosan. Akik új bérletvásárlók, illetve akiknek adataiban változás történt vagy bérletként igénylik a kedvezményes lakossági parkolási bérletet, azok személyesen intézhetik a bérletvásárlást a Győr-Szol Zrt. Jókai utcai, Orgona utcai vagy az ETO Park üzletközpont I. emeletén található ügyfélszolgálati irodáiban. Ugyancsak személyes ügyintézés szükséges a „Szívügyünk Győr” bérlet megvásárlásához is.

A Győr-Szol Zrt. személyes ügyfélszolgálati irodáinak nyitvatartása január 1-jétől megváltozott. Az új nyitvatartási idők és a parkolási bérletek vásárlásával kapcsolatos részletes információk megtalálhatóak a szolgáltató hivatalos weboldalán: gyorszol.hu

Összeállította: Csollán Tamara

PROGRAMAJÁNLÓ

Küldje el programajánlóját a rendezvény időpontja előtt két héttel: media@gyorplusz.hu

A Magyar Művészkönyvalkotók Társasága NO ISBN – Kötések és oldások – című kiállításhoz kapcsolódóan katalógus-bemutatóra és művész-közönség találkozóra hívják az érdeklődőket január 17-én 16 órakor a Borsos Miklós Időszaki Kiállítótérben. >>>

Ezek vagyunk címmel nyílik a 15 éves Art World Hungary Egyesület képzőművészeti és fotókiállítása január 19-én 17 órakor a József Attila Művelődési Házban. Látogatható február 5-ig, hétköznap 10–16 óra között. >>>

Szelíd növényvédelem a kiskertben címmel tart szakmai napot január 20-án 14 órakor a GYMSM KIK Győri Nemzetközi Kereskedelmi Központban a Kertészek és Kertbarátok Győr Városi Egyesülete. >>>

A Róka Rudi, a falu rossa és **A diergő király** című diafilmeket vetítik január 21-én 17 órakor a Központi Könyvtár klubhelyiségében. A rendezvény regisztrációhoz kötött.

A Mesekuckó keretében a **Bundás bocsok** című mesét láthatják a Tekergő Bábszínház előadásában január 23-án 17 órától a Központi Könyvtár klubhelyiségében. A program 500 forintos regisztrációs jeggyel látogatható. >>>

Virtuális valóságok címmel nyílik kiállítása Fülöp Péternek január 20-án 18 órakor a Rómer Házban. >>>

Múzeumi találkozások: A kerepesi úti temető győri vonatkozású sír- emlékei címmel tart előadást január 21-én 17 órakor az Esterházy-palotában Tóth Vilmos történész-segédmuzeológus. >>>

Slowikowsky Ádám: Győr látképe (1860-as évek) témában szervez programot a Rómer Múzeum és a Café Kultúr január 22-én 17 órakor az Esterházy-palotában. >>>

Zsiráf, vonat, Napóleon – távoli világok alakjai a mézeskalácsokon címmel tart előadást január 24-én 17 órakor az Esterházy-palotában T. Városi Ágnes néprajzos muzeológus. Az előadást követően mézeskalács-készítő bemutatóra és önálló tárlatlátogatásra invitálják a résztvevőket a Mézes élet fűszerezve – Morzsák a mézeskalács történetéből című kiállításon. >>>

Magyar kultúra napi táncházat tart a Kísalföld Kultúrájáért Egyesület január 23-án a Rómer Házban. 19 órától **befogadó játszóház és tánc-ház kezdődik**, vendég a Kónyi Hagyományörző Egyesület, zenél és koncertet ad az Eszterlánc zenekar. 20 órától ünnepi megemlékezést tartanak, 21 órától Fábán Szabolcs Csutkó tánctanítással várja a tánc-ház résztvevőit. >>>

Balázs Livia etnográfus előadása és könyvbemutatója lesz **„Kis-Kánaán” múltbéli kincsei – Népi próza a Rábaközben** címmel január 21-én 16 órától az Újvárosi Művelődési Házban. >>>





Győri buszgyárunk álláskínálata

PORTÁS-TAKARÍTÓ

Öregségi nyugdíjasoknak is megfelelő állás -
Értékarányos jövedelem -
Akár azonnali belépés -

+36 (96) 417-557

credobus.hu/karrier

Szerző: **Ferenczy Balázs**

Régen adott átfogó helyzetképet magáról a Győri Audi ETO KC, pedig az elmúlt hónapok eseményei bőven szolgáltattak témát. Személyi változások, sportsikerek, nehézségek és örömteli bejelentések egyaránt formáltak a világklasszis kézilabda-klub mindennapjait, miközben a csapat már az idény egyik legfontosabb időszaka, a Final Four-ra készül. Fata Edina, a Győri ETO Kft. ügyvezetője volt kedden reggel a Győr+ Rádió vendége, a beszélgetés egyik legszébb híre Győri-Lukács Viktoriához kapcsolódik: a válogatott jobbszélső karácsony előtt jelentette be örömhírét, ikrei születését, amely nemcsak a klubon belül, hanem a szurkolók körében is nagy örömet váltott ki. Az ETO vezetése azonnal jelezte támogatását, a játékos pedig továbbra is a csapat meghatározó alakja maradt a pályán és azon kívül is. Egyéni elismerésből sem volt hiány: Bruna de Paulát az idény során nyújtott kiemelkedő teljesítménye alapján a Nemzeti Sport a magyar női kézilabda 2025-ös évét értékelő cikkében megválasztotta az év légiósának. Per Johansson értékelése szerint a brazil irányító kreativitása és vezéregyénisége kulcsszerepet játszott abban, hogy a Győr stabilan a nemzetközi élmezőnyben maradt. A sikerek mellett azonban változásokkal is szembe kellett nézni. Kristina Jörgensen távozása érzékenyen érintette a csapatot, ugyanakkor a szakmai stáb gyorsan reagált: Sarah Bouktit érkezése új lehetőségeket nyitott, a fiatal játékos 2026 nyaratól illeszkedik majd be az ETO játékába.

NYAKUKBA VESZIK AFRIKÁT A SZABADSÁG FIAI

Három hét alatt több ezer kilométeres zötyögés és száguldas az afrikai utakon, a világ csaknem negyven országából érkező 1450 indulóval együtt. A Budapest–Bamako Rally nem csak a versenyzés, inkább az életre szóló kaland miatt vonzza a résztvevőket. Ott van benne a kezdeti Dakar Rally szellemi öröksége, vadromantikája. Ezt akarja átélni egy győri csapat is, a négy motorosból és két autóból álló Sons of Liberty, vagyis a Szabadság Fiai.

Szerző: **Nagy Roland**

Fotó: **Sons of Liberty Motorcycle Team**

A csapatból négyen jó pár éve együtt motoroznak. Illés Tamás, Rácz László, Németh Ferenc és dr. Kosztyi Gergely Európa több különleges útvonalát bejárta már aszfalton és terepen is. Az egyik álom Azerbajdzsán volt, ám ez a gurulás a keleti háborús helyzet miatt megghiúsult. Aztán egy jól sikerült sörözés egy másik, merész forgatókönyvet írt. „Gergő a negyedik korszak után bedobta, hogy ha nem Baku, akkor legyen a Bamako. Felbátorodva azonnal egyetértettünk, ám a barátunk néhány nap múlva egy leírt szándéknyilatkozattal jelent meg, hogy nyomatékosítsa az ígéretet. Aláíratta velünk, tanúkkal, pecséttel” – meséli a történet elejét Illés Tamás,

aki bízik benne, hogy a csapat sikerrel teljesíti majd az összesen 9800 kilométeres távot, amely január 23-án Budaörsön rajtol. A mezőny az öreg kontinens után áthalad Marokkón, onnan Mauritánián, Szenegálon, Guineán, majd, ha minden jól alakul, megérkezik a Sierra Leone-i célba.

„Olyan motorokat kellett választanunk, amik kellően öregek ahhoz, hogy Afrikában is legyen hozzájuk alkatrész” – magyarázta a döntést Rácz László. A hatfős győri brigád egy olyan autós párossal teljes, amelyben Nagy Ferenc, a csapat ezermestere lesz a pilóta. „Fecő barátunk a szaki közöttünk. Az elmúlt hónapokban nagyon sok energiát, erőt, pénzt, időt fektetett abba, hogy felkészítse a kocsit.”

„Támogató autó leszünk a motorosok mellett, de Fecő verseny-

szellemben is gondolkodik, realizálni is szeretne, száguldozni Ace Ventura módjára” – mondta Horváth Gábor, az alaposan átalakított, feltuningolt Mitsubishi Pajero navigátora.

„Az olyan sérüléssel, amire csak gyógypuszi kell, nem foglalkozunk. Az olyan vészhelyzetekre felkészültünk, amelyek maximum „közepesen halálosak”, és nem kell hozzá műtő. Egy olyan tükröt is viszünk, amivel a WC-csésze alá tudunk benézni, hogy tartogate meglepetést. Tavaly az egyik WC pereme alatt pihent egy kobra, amelyik megmart egy versenyzőt, ott életmentésre volt szükség” – ezt már a csapat orvos tagja, dr. Kosztyi Gergely teszi hozzá.

A győri fiúk arra is számítanak, hogy a helyi hatósággal többször is meggyűlik majd a bajuk, ami a Bamakón nem szokatlan dolog. „Ha megállítanak, általában azzal a szándékkal történik, hogy valami „ajándék” fejében engedjenek tovább. Vannak kamuóráink, amiket viselünk is, hiszen a tapasztalat, hogy sokkal kelendőbb egy ilyen tárgy, ha rajtad van. Ezekkel nyugodtan lehúzhatnak bennünket” – zárta a csapat sztoriját Rácz László.



Nem múlik el év anélkül, hogy ne idéznénk fel azok emlékét, akik túl korán távoztak közülünk, mégis örökre nyomot hagytak. A Magvassy Mihály Sportcsarnokban megrendezett III. Fehér Miklós Emléktorna nem csupán egy futballesemény volt, hanem egy közös főhajtás egy olyan labdarúgó előtt, akinek neve ma is összeköti a pályát, a lelátót és a szíveket.



GÓLZÁPOR ÉS TISZTELET A FEHÉR MIKLÓS EMLÉKTORNÁN

Szerző: **Pulai Sarolta**
Fotó: **Ács Tamás**

Fehér Miklós nem csupán kiváló játékos volt, hanem emberi tartásával, alázatával és küzdőszellemével is maradandót hagyott maga után. A tragikusan fiatalon elhunyt labdarúgóra való megemlékezés azért különösen fontos, mert az általa képviselt értékek ma is érvényesek. Egykor így fogalmazott a futballról: „Engem a futball megtanított győzni, és megtanított veszíteni is, és megtanított arra is, hogy az öröm úgyis felülkerekedik a bánaton, és hogy a gól maga a boldogság, a gyógyír minden addigi kihagyott helyzetre.” E szavak tökéletesen tükrözik azt a szemléletet,

amellyel pályafutását élte: szenvedéllyel, hittel és alázattal.

Az emlékgálát Kósa Roland alpolgármester nyitotta meg, majd Szeles Szabolcs sportért felelős tanácsnok vette át a szót: „Mindен mérkőzés 29. percében az ETO-stadionban elhangzik a rigmus: Fehér Miki, Fehér Miki, Fehér Miki! Nagyon büszke vagyok a táborra, nagyon köszönöm az ultráknak, hogy folyamatosan megemlékeznek Mikiről. Mert ez nem csak egy megemlékezés, ez egy hitvallás. Kiállni egy eszme mellett és kiállni amellett, amit Miki képviselt. Manapság az ETO hosszú évek után újra azon a polcon van, ahol mindig is vártuk, ahol mindig is tudjuk mi, győriek, hogy hova tartozik. Az ETO a legnagyobb magyar klubok egyike. Hihetetlen

történettel. És ennek a történetnek Miki is a része. Ha Miki most lenéz valamelyik felhőről, akkor biztos a csibészes mosolyával azt üzeni, hogy jól van ez így, ahogy most mennek a dolgok” – zárta Szeles Szabolcs. Valóban, az emlékgála hangulatát átjárta Fehér Miki szellemisége és alázata, mely megmutatkozott mind a pályán, mind pedig a lelátón.

A tornán az ETO Öregfiúk, a Magyar Válogatott, az NB I. All Stars, valamint a Fehér Miklós Barátai csapatai léptek pályára, soraikban számos ismert és elismert névvel. A kilátogató közönség pedig színvonalas, gólgazdag mérkőzéseket láthatott, a pályán pedig a játék öröme mellett az összetartozás és a tisztelet is kézzelfogható volt.

Príma

Kiemelt ajánlat: január 16–22.

Sertéslapocka

1399 Ft/kg



Sertés darált hús lapockából **1399** Ft/kg

Kocsonyának való húsrészek széles választékban kaphatók!

Sertés hátsó csülök

1699 Ft/kg



Sertésköröm

499 Ft/kg

Sertésfej

499 Ft/kg

Sertésbőr

499 Ft/kg

Sertés bőrs császár-szalonna

1700 Ft/kg



Sertés zsírszalonna

1099 Ft/kg

Tokaszalonna

800 Ft/kg

Csirkemell **01.16–01.18.**

1808 Ft/kg



Csirkecomb farrésszel

583 Ft/kg

Csirkeszárny

525 Ft/kg

Pecsenyekacsa, egész

1499 Ft/kg



Pecsenyekacsacomb

2899 Ft/kg

Pecsenyekacsamell

1599 Ft/kg

Riska tejföl

20%-os, 330 g, 812,12 Ft/kg



45%-os

árcsökkentés

268 Ft/db

UHT tej 1,5%-os, 1 l

225 Ft/db

Riesenbrau dobozos sör

0,5 l, 398 Ft/l



199 Ft/db



Príma és CBA üzleteinkbe várjuk jelentkezését **áruforgalmi ügyintéző,** **bolti üzletvezető,** **bolti műszakvezető,** **bolti eladó-pénztáros** munkakörbe.

Pályakezdekők, nyugdíjasok jelentkezését is várjuk. Jelentkezés helyben, az üzletvezetőnél vagy fényképes önéletrajzokat a **munkahelygyor@gmail.com** e-mail-címre várjuk.

CBA Kismegyer Győr, Mohi u. 9.

Príma Győr, Ifjúság körút 36.

Príma Győr-Ménfőcsanak, Új élet u. 19.

Príma Győrzámoly, Ancsali u.

Príma Győrújbarát, Széchenyi körút 18.

CBA Delikát Győr, Mónus Illés u. 24/b

CBA Delikát Győr, Szigethy Attila út 80.



Fotó: O. Jakócs Péter

PETRO- NIUS ÓRMAI ÍRÓ SZAVAIT IDÉZZÜK; 1. RÉSZ	RÉGI ŐR- MÉRTEK, KB. 50 LITER	KETTÓNÉL EGGYEL TOBB	ARRA A HELYRE TASZÍT	RÓMAI 51-ES	ENERGIA, RÓVIDEN	ÜZEMBEN KÉSZÜLT SAJT- FAJTA	GRAMM, RÓVIDEN EREDETI SZETT!	KÉZJEGY ELEMÉ!	PORSZÍVÓ MÁRKÁJA	KÁKAFÉLE NÖVÉNY RÁDIUSZ, RÓVIDEN	ŐZD KÖZEPE!	GYERME- KIEN HI- SZÉKENY	A NITROGÉN VEGYJELE LENVÉGI!	MÉTER, RÓVIDEN NÉMA ÉGES!	MÉRKÖZÉS BÚZAŐR- LEMÉNY
MUZUL- MÁN BÍRÓ					A FEJÉRE HULLAJT RÁJAFÉLE HALFAJ					FANKFELE JÓZSEF, BECEZVE	A	D-AM-I VIZESÉS TALÁL		...FI- MŰFAJ AZ ILLETŐVEL	
IDŐMÉRŐ SZER- KEZET				MEREDEK VÍZPART ILION, MÁSKEPP				WALKIE- TALKIE INGYEN- MUNKA		HIBÁZTAT ŰRJÁRMŐ				CSALÁD- TAG! VERBUM FAJTÁJA	
ÖLTÖZ- TETŐNŐ	ARRAFELE LEVŐ AZ IDÉZET 2. RÉSZÉ						RÉSZÉRE, RÓVIDEN SÉTA- PALCA						SZALLÍT MILLI- LITER, RÓVIDEN		
					MULATÓ- VERS SKÓT ZENESZ							KECSKE- BESZED! ERRE			A TÁRGY RAGJA PAZAR
BÖK VÉGE! NÉMET AUTÓK JELZÉSE	...FUT! LOHOL UTÓTAG: -FAJTA				(ÍRÓ (PÉTER) MANUÁLIS					ATOM- FIZIKUS (EDE) MONDA					HAJÓ HÁTSÓ RÉSZE
SZAKADT KAFTÁN!		SZIBÉ- RIAI NÉP A LÓ HIMJE							VASPÁNT MEGTE- ENDŐ ÚT				TÖRTÉNET LELKI SÉRELEM		
HANG- TALAN MŰSZAKI JELFOGÓ				ÉRŐ HATÁRAI! ÜRES SÁV!		RÉSZ- LETES BELÜL KUKSOLI!		BŐ HÁZ RÉSZE!					FOHÁSZ AZONOS MÁSSAL- HANGZOK		
			HORGÁSZ ESZKÖZE A JOULE JELE							LÓBÁL RÖNTGEN, RÓVIDEN					
ÉRŐ CENT- RUMA!	M														



A helyes megfejtést jövő hét szerdáiig küldheti be szerkesztőségünkbe: 9023 Győr, Kodály Zoltán u. 32/a vagy jatek@gyorplusz.hu. A szerencsés megfejtő nyereménye **páros mozijegy**, amely beváltható a Cinema City Győr moziban szabadon választott filmre a premier után két héttel. Előző rejtvényünk nyertesét e-mailben, illetve postán értesítjük.