

Győr+

XIII/05 + 2023/02/10



Fotó: Meklíz Fotóstúdió

Az Aqua Sportközpontban

MEGNYÍLT a tanmedence

Írásunk a 22. oldalon

Múlt péntek óta folyamatosan szállítják ki a szociális alapon igényelt tűzifát a Győr-Szol komposztálótelepéről. Kedden Újvárosba, a Haladás utca egyik családi házába érkezett meg a hat köbméter tüzelő, ahol ott volt dr. Dézsi Csaba András polgármester, az akció kezdeményezője is.

AJÁNDÉK TŰZIFÁVAL FŰTHETNEK A RÁSZORULÓK



Szerző: Földvári Gabriella
Fotó: Marcali Gábor

Mint ismeretes, az önkormányzat tűzifát biztosít azoknak a győrieknek, akik szociálisan rászorulnak, és akik önhibájukon kívül nem tudnak gondoskodni a téli tüzelőjükről. A felhívásra közel százan jelentkeztek, ők összesen 430 köbméter fát kapnak.

„Azokat segítjük ezzel az akcióval, akik fával fűtenek és rászorulnak, hogy a hideg hónapokat át tudják vészelni. Akik gázzal fűtenek, azokat pedig a

rezsiárstop védi, mi az országos helyzethez igazodva azokon a szegényebb rászorulókon segítünk, akiknek fatüzelésű kályhája van” – hangsúlyozta a polgármester.

A tüzelőt az elmúlt években a város területén kivágott fák biztosítják, amelyeket felaprítanak, konténerekbe tesznek és így szállítják ki a Győr-Szol Zrt. a rászorulóknak.

Szeles Szabolcs alpolgármester, a terület önkormányzati képviselője pedig azt hangsúlyozta, hogy Győrben jól és biztonságosan működik a szociális háló. Az ő területén is többen kapnak ajándék tűzifát, de hozzátette: „Azt hiszem, hogy az ilyen nehéz időkben, amikor jóval nagyobb szükség van arra, hogy összefogjunk, az ilyenfajta kezdeményezésnek sokkal nagyobb értéke van. Nemcsak az, hogy a rászorulóknak van mivel fűteni, hanem az emögött meghúzódó üzenet még fontosabb.”

Várhatóan két héten belül minden igénylő megkapja a tüzelőt, a házhoz szállítás idejéről a szolgáltató értesíti az érintetteket.



Tragikus események játszódtak le a közelmúltban Győrszentivánon, ahol hét év alatt másodszor vált a lángok martalékává Petrovics Lászlóék otthona.

SEGÍTSÉG A TŰZKÁROSULT SZENTIVÁNI CSALÁDNAK

Szerző: Szigeti Sándor
Fotó: Marcali Gábor

Dr. Dézsi Csaba András szerdán látogatta meg a családot, akik számíthatnak az önkormányzat segítségére: „Borzalmas dolog, amikor egy család elveszíti az otthonát. A Szarvas utcában átmeneti lakást biztosítunk számukra, hiszen kisgyermek is érintettek ebben a szörnyű tüzesetben. Rengeteg hulladékot kell elszállítani a helyszínről, ebben a GYHG lesz Lászlóék segítségére, és pénzüben támogatást is nyújtunk: átnézzük, hogy a gyorssegélyen felül milyen szociális juttatásokat tudunk biztosítani számukra” – hangsúlyozta Győr polgármestere. Vasárnap, február 12-én pedig jótékonyági napot szerveznek Győrszentivánon, amelynek teljes bevételét a család otthonának újjáépítésére ajánlják fel. A Hétköznapok Angyalai Alapítvány ugyancsak gyűjtést indított útjára. A 11737038-21451401-es számlaszámra utalva bárki segíthet pénzzadományt. A közleménybe kérik beírni: Petrovics család.



PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

Győr Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatala Településfejlesztési és Városstratégiai Főosztály pályázatot hirdet

JOGÁSZ

munkakör betöltésére.

A pályázattal kapcsolatban további információ a gyor.hu honlapon, a Pályázatok menüpont alatt érhető el.



PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

Győr Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatala Jogi és Önkormányzati Osztály pályázatot hirdet

JOGÁSZ

munkakör betöltésére.

A pályázattal kapcsolatban további információ a gyor.hu honlapon, a Pályázatok menüpont alatt érhető el.



FELHÍVÁS

A Hajléktalanokat Segítő Szolgálat Győr heti 10 órában, területi ellátási kötelezettség nélküli háziorvosi praxisába

HÁZIORVOST keres, a vállalkozási szerződésben megállapodott feltételek szerint.

Érdeklődni hétfőtől péntekig 8–14 óráig Nemes Gábor intézményvezetőnél a 96/512-300 telefonszámon vagy a nemes.gabor@hssz-gyor.hu e-mail-címen lehet.

RADNÓTI: HA EGY MUNKA ELINDUL, AZT ÉRTÉKELNI KELL!

Szerző: P. Csapucha Adrienn
Fotó: O. Jakócs Péter

Előszörban sportos témákról beszélt az alpolgármesteri viziten Radnóti Ákos csütörtökön a Győr+ Rádióban. A műsorban szó esett az adyvárosi fejlesztésekről is, így a Kuopio parkban zajló beruházásnak, valamint a Grabo-sátor felújításának a jelenlegi helyzetét is ismertette a városvezető.

Elsőként a Kuopio parkban zajló beruházásról tájékoztatta a hallgatókat az alpolgármester. „A fagyos időjárás ellenére is zajlanak a fejlesztések. Márciusban indul az aszfaltozás, akkor látványosabb munkák lesznek a környéken. A projekt parkosítással, faültetéssel zárul” – árulta el Radnóti Ákos. Mint mondta, 2010 óta képviselő, és ez az egyik legnagyobb értékű beruházás a városrészen. A Grabo-sátor felújítása is folyamatban van. „Leginkább belső munkálatok vannak hátra, egy olyan beruházás lesz, amit régóta vártak már a lakók, a sportolók” – hangsúlyozta a városvezető.

Az Audi ETO KC háza táján is sűrűsödnek a programok. A csapat a napokban tért haza a

öldrengés sújtotta Törökországból. „Nagyon jól játszottak a lányok, de azt senki nem gondolta, hogy egy ilyen tragédia árnyékolja be a hazautazásukat, szerencsére messze voltak a földrengéstől. Az Audi ETO KC a világ legjobb női kézilabda-együttese, a leg-



magasabb célokat tűzték ki, ezért dolgozik a vezetőség, a szakmai stáb és a játékosok is” – mondta az alpolgármester.

Az uszodákról, a tanmedence megnyitásáról is kérdezték Radnóti Ákost a műsorvezetők. „Győrben várjuk az úszni vágyókat a sátras uszodába. Előrelépés, hogy a tanmedence a héten kinyitott, de közel nincs telt ház, noha korábban rengetegen panaszkodtak, hogy mennének” – ismertette a városvezető, és kiemelte, hogy megfelelő fűtési és zuhanyozási körülmények mellett már a főépületi, megszokott öltözők is üzemelnek.

A műsor végén városi teendőkről is beszélt az alpolgármester. Mint mondta, a fakivágásokat sokszor nem lehet halogatni, Adyvárosban is volt rá példa, hiszen a fa gyökérzete felnyomta a járdát, s a fa lényegében csaknem kidőlt az úttestre. „Nem végzünk fél munkát, utána kell járni a problémáknak, a bejelentéseket végig kell menedzselni, de a technikai folyamatokat be kell tartani, nem lehet azonnal a fakivágás után aszfaltozni és az új fát elültetni. Tudjuk, mit és hogy kell csinálni. Ha egy munka meg elindul, azt értékelni kell!” – zárta Radnóti Ákos.

Adyvárosnak immáron papírja van róla, hogy Győr legsportosabb városrésze. „A sport összeköt, szívügyünk a mozgás” című rendezvénysorozat részeként mérköztek meg Győr városrészei különböző, fizikai aktivitásokra építő versenyekben. Mindezt előadások, érzékenyítő beszélgetések és játékok kísérték.

ADYVÁROS LETT A LEGSPORTOSABB

Szerző: Pécskai István
Fotó: Ács Tamás

Elő körben az általános iskolás csapatok mérköztek meg egymással vízi vetélkedőkben. A középiskolások aztán strandröplabdában, kosárlabdában és kispályás fociban döntötték el, melyikük a jobb és az ügyesebb. Az óvodások versenyében szerepelt a 30 méteres futás, a helyből távolugrás és a medicinlabda-dobás is. A fogyatékkal élők pedig többek között kosárra dobásban, labdavezetésben és mozgásos amőbajjátékban mérették meg magukat.

A 2022 bajnokának járó serleget Radnóti Ákos sportért is felelős alpolgármester, Adyváros képviselője vehette át a Kisfaludy Károly Könyvtárban. Adyváros mostantól egy éven át viselheti a Győr legsportosabb városrészenek járó elismerést.

„Sokszor mondom a rendezvényeken, hogy Adyváros a legsportosabb városrész Győrben. Most már papírja is van erről. Próbáltam a programsorozat mindegyik helyszínén ott lenni, és a sportolásba is bekapcsolódní. Nagyon örülök, hogy a fogyatékkal élő sportolók részt tudtak venni az eseményen, hiszen az ő

sportolási lehetőségüket is próbáljuk minél inkább támogatni és bővíteni. Adyváros megnyerte már az ország legjobb lakótelepe címet, most pedig van egy legsportosabb városrész elismerése is. Szeretnénk folytatni ezt a sorozatot, az a célunk, hogy Adyváros minél több megméretésben az élen zárjon” – nyilatkozta Radnóti Ákos.

„A sport összeköt, szívügyünk a mozgás” rendezvénysorozat az EMBERsÉG Diáksport Egyesület szervezte. A verseny második helyezettjei: Sziget, Pinyenyéd, Belváros I., harmadik pedig Nádorváros II.



EGYSZERŰBB ÉS JOBB LESZ AZ ELLÁTÁS

Új helyszín, új hívószám, új rendszer. Március 1-jétől teljesen átalakul az ügyeleti rendszer Győr-Moson-Sopron vármegyében, így városunkban is. Az ellátás megszervezését és lebonyolítását az Országos Mentőszolgálat végzi. A részletekről Győrfi Pált, a szervezet sajtószóvivőjét kérdeztük.

Szerző: J. Kovács Andrea

Miért pont a mentők kapták meg a feladatot?

Kevesen tudják, hogy Magyarországon egy egészen különleges mentőszolgálat működik, hiszen az egész ország életmentését egyetlen, nagy állami szervezet végzi. Ez rengeteg előnnyel jár, nem véletlen, hogy nemzetközileg is elismerik és csodálják. Mivel az ügyelet sürgősségi ellátást is jelent, így szinte adta magát, hogy a mentők végezzék. Hajdú-Bihar

vármegyében elindítottunk egy modellprogramot, ami másfél évig tartott. Ez idő alatt felmértük a feladatokat, azt, hogy milyen betegek mikor fordulnak az ügyelethez, milyen ellátásra van szükségük, kórházba kell-e őket vinni vagy sem. A tapasztalatokat kiértékelve azt láttuk, hogy akik este tízig mennek az ügyeletre, azok háziorvosi ügyekkel érkeznek. Például gyógyszerre van szüksége, vagy a panaszai már napközben is fennálltak, de nem ért oda a rendelésre. Tíz

után viszont azok jelentkeztek, akiknek valóban akut, sokszor súlyos egészségügyi problémájuk volt.

Milyen elemekből áll az új rendszer?

Az igényekhez igazítva este 22 óráig háziorvosi ügyelet lesz, tíz után pedig a mentőszolgálat működteti a sürgősségi ügyeletet. Kiválasztottuk a vármegyének azokat a pontjait, ahol indokolt fenntartani a háziorvosi ügyeletet. Ezekben a helyeken hétköznap 16–22 óráig, hétfőig pedig 8–14 óráig jelentkezhetnek a betegek. Erre az ellátásra a háziorvosokkal kötünk szerződést, melynek értelmében havonta kétszer kell ügyelniük este tízig.

Hétköznap este 22 órától másnap reggel 8-ig, hétfőig 14 órától reggel 8-ig a mentőszolgálat ügyeletere várja a segítségre szorulókat. Itt már kevesebb telephellyel is meg tudjuk oldani a betegellátást, Győrben, Csornán, Mosonmagyaróváron és Sopronban lesz sürgősségi ügyelet. A többi településen sem marad ellátatlanul beteg, komoly panasz esetén kimegyünk hozzá és ellátjuk.

A beteget nem mindig orvos látja el?

Vannak olyan képzett, diplomás szakembereink, akiknek a szakmáját az emberek eddig nem nagyon ismerték, mert a háttérben dolgoztak. Ők bizonyos orvosi beavatkozásokra is ki vannak képezve, felsőfokú tudással rendelkeznek, gyakorlottak és kompetensek. Természetesen a háttérben mindig lesz orvosi felügyelet, telefon- vagy videokapcsolaton keresztül.

Dr. Dézsi Csaba András polgármester:

„Ahogy azt megígértem, hatékonyabban fog működni az ügyeleti ellátás Győrben. Sikerre vezetettek azok a tárgyalásaink, amiket az előző évben dr. Takács Péter egészségügyért felelős államtitkárral, valamint a háziorvosainkkal, kórházunk vezetőivel és az Országos Mentőszolgálat regionális vezetőivel folytattunk. 2023. március 1-jétől egységesen a világviszonylatban is példaértékűen működő Országos Mentőszolgálat veszi át a rendszerünk összehangolt irányítását. A győri betegek háziorvosi ügyeleti ellátása egységesen a Petz Aladár Egyetemi Oktató Kórházba fog költözni. Ezáltal a betegek a számukra szükséges ellátási szinteken gyorsabban kerülhetnek ellátásra.”

HOGYAN SEGÍT AZ ÜGYELET?

Győr-Moson-Sopron vármegye



ÖN BEMEHET

a háziorvosi ügyeleti ellátásra.

HÉTKÖZNAP:
16:00–22:00 óráig
HÉTFŐGÉN ÉS ÜNNEPNAPON:
8:00–14:00 óráig

Az alapellátást lehetőleg háziorvosa rendelési idejében vegye igénybe!

- Csorna
- Győr
- Kapuvár
- Mosonmagyaróvár
- Pannonhalma
- Sopron

MI KIMEGYÜNK

Ügyeleti időben jelentkező súlyos panasz, tünet esetén ne menjen sehová, hanem hívja a központi 1830-as telefonszámot!

1830

- TELEFONOS TANÁCSOT ADUNK
- ÜGYELETI KOCSIT KÜLDÜNK A BETEGHEZ
- ÉLETVESZÉLY ESETÉN AZONNAL MENTŐT RIASZTUNK

Azok számára, akik személyesen keresnének fel egy éjszakai ügyeletet, Győr-Moson-Sopron vármegye négy pontján hétköznap 22:00-tól 8:00 óráig, hétfőig és ünnepnapon 14:00-tól 08:00 óráig van lehetőség:

- Csorna
- Mosonmagyaróvár
- Győr
- Sopron

GYERMEKÜGYELET a Győri Kórházban hétköznap 16:00-tól 22:00 óráig, hétfőig és ünnepnapon 8:00-tól 22:00 óráig, továbbá a Soproni Kórházban munkaszüneti napokon 8:00-tól 20:00 óráig. A központi telefonszám a teljes ügyeleti időszakban, gyermekek esetében is **1830**.

További információ: mentok.hu/ugyelet

Nem született a közgyűlésen olyan döntés, hogy mindent átad Győr az államnak – hangsúlyozta Rácz Attila, a Pannon-Víz Zrt. elnök-vezérigazgatója a Győr+ Média stúdiójában. A kérdés túlzás nélkül hetek óta témája a városi közbeszédnek, rengeteg téves információ és rossz értelmezés kering ezzel kapcsolatban. Rácz Attila segítségével tiszta vizet öntünk a pohárba.

NYAKKENDŐ NÉLKÜL KNÉZY JENŐVEL

MINDENKI ÁLTAL ÉRTHETŐEN A PANNON-VÍZ ÜGYÉRŐL

Szerző: Mireider Máté ▶
Fotó: Ács Tamás



Különleges adásához érkezett a Nyakkendő nélkül Knézy Jenővel című közéleti beszélgetős műsorunk. A téma mindig valamilyen aktualitás, ezt ezúttal a legutóbbi közgyűlésen a Pannon-Vízzel kapcsolatos döntés adta. Nemcsak cégünk vezérigazgatója volt a kérdező szerepében, hanem Bakos-Kiss Gábor, a Győri Nemzeti Színház igazgatója is. Ketten alaposan kifaggatták Rácz Attilát, a Pannon-Víz Zrt. elnök-vezérigazgatóját, aki igyekezett minden kétséget és kérdőjelet eloszlatni a víziközmű-vagyonnal kapcsolatban.

„A víziközmű-hálózat törvény szerint is nemzeti tulajdon, tehát csak az állam vagy önkormányzat, vagy ezek együtt vegyesen birtokolhatják” – mutatott rá Rácz Attila kezdésként, eloszlata ezzel azokat a kérdéseket, amelyek ennek a vagyonnak a pénzübeli értékét méregetik.

A Pannon-Víz Zrt. 125 településen szolgáltat meggyénkben és a



Bakony területén, ez a 125 település a tulajdonosa a cégnek is egyben. Közülük kiemelkedik Győr többségi, több mint 62 százalékos tulajdonosként. A cégforma azzal is jár, hogy a Pannon-Vízből származó nyereséget osztalékként felvehetik a tulajdonosok, de a veszteséget is ki kell pótolniuk. Jelenleg utóbbi helyzet áll fent, a tervezett kiadásokból 4,2

milliárd forintot kellene Győrnek befizetnie az idei évben.

Az energiahordozó-válság miatt a Pannon-Víz és a hasonló cégek nehéz helyzetbe kerültek, így a magyar állam segítséget ajánlott: kifizeti a veszteséget visszatérítendő támogatás formájában egy integrációs program keretében. További lehetőség,

hogy ezt az érintett önkormányzatoknak nem kell visszafizetnie, ha a tulajdonukban lévő közművagyon és a cégbeli részesedéseket átadják az állam részére.

„Arra született döntés, hogy Győr csatlakozik az integrációhoz, magyarul: pénzhez jutunk, és folytatjuk a tárgyalásokat. Nem megy el innen a víziközmű-hálózat, az embereink itt maradnak, a munkatársakra szükség van, a szolgáltatás árát illetően pedig azt szeretnénk, hogy mindenki számára megfizethető legyen. Ezekről szólnak a további tárgyalások” – összegezte Rácz Attila az elhangzottakat.

Az adásban a fenti témákon felül megismerhetjük az országos folyamatot, amelynek része a Pannon-Víz esete is, és szó esik arról is, pontosan kinek a vagyona a hálózat, és kinek mi a feladata azzal, hogy amikor hazaérünk és elfordítjuk a csapot, folyjon a víz.

A Nyakkendő nélkül Knézy Jenővel február 14-én, kedden 19.25-től a Győr+ Televízióban lesz látható.

FEMOL AUTÓUDVAR
KÉSZPÉNZES autófelvásárlás
HITELÜGYINTÉZÉS

- bizományos értékesítés
- rövid határidővel
- tárolási díj nélkül!

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

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

18–20 m²-es, légkondicionált
IRODAHELYISÉGEK
hosszú távra **KIADÓK.**

Győri Nemzetközi Ipari Park Kft. • Telefonszám: 96/506-978, 96/506-979



TESTVÉRVÁROSI KÖRKÉP

Brassó: A Brassói Gyermektanács ismertette javaslatait a 2023-as költségvetéshez. Húsz gyerek mutatta be a helyi tanácsosoknak azt a nyolc javaslatot, amelyek gyermekbarát várossá tehetik Brassót.

CsíkSZereda: Első bevetésükön tanúsított példás helytállásukért oklevéllel ismerte el a városvezetés a hargitafürdői önkéntes tűzoltócsapat munkáját, és a bevetések hatékonysága érdekében a városháza újabb felszerelésekkel látta el az alakulatot.

Erfurt: Jelenleg folyik a denevérek téli szállásának ellenőrzése. A nagyon ritka állatok, amelyek közül néhányat a kihálás fenyeget, és szigorúan védettek, hibernálnak, és mélyen fekvő pincéket, galériákat vagy alagutakat keresnek. A Steigerwald szélén lévő pincékben végzett szemle után Erfurt természetvédelmi hatósága és Inken Karst denevértiszt, a Denevér Alapítvány kuratóriumának elnöke pozitív mérleget vont le.

Kuopio: Valentin-napon érdemes egy baráttal a múzeumba menni, mert a Kuopio Negyedi Múzeum és a Művészeti Múzeum belépőjegy-kedvezményekkel ünnepli a szerelmesek napját.

PROGRAMAJÁNLÓ

Összeállította: Csollán Tamara

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

Folytatódnak a grafikatörténeti előadások, február 15-én, szerdán 16 órakor Radosza Attila képzőművész mesél a grafikához való viszonyáról és grafikusművész társairól. Helyszín: Borsos Miklós Állandó Kiállítás. >>>

Folytatódik „A Biblia elfeledett történetei – Ósi történetek, Örök tanulságok” nevű előadás-sorozat a győri (VOKE) Arany János

Jó ütemben készül az adyvárosi parkolólemez – ezt mondta a Győr+ Médianak az országgyűlési és az önkormányzati képviselő. Kara Ákos, a beruházás kezdeményezője és dr. Szálasy László, akinek körzetét szintén érinti a két és fél milliárd forint értékű beruházás, közösen járták be a területet a napokban.

ADYVÁROSI FEJLESZTÉSEKET NÉZTEK MEG A KÉPVISELŐK

Szerző és fotó: Zombai-Kovács Ákos

A Kuopio parkot és környékét is bejárták a politikusok, ahol parkoló- és parkfejlesztés is zajlik. „Régi adósságot törlesztünk a parkolófejlesztéssel, nemcsak a lemez, de a két utca parkolási rendjének átalakítása is plusz helyeket biztosít majd a környéken élő autósok számára. A park eddig elhanyagoltabb részén fiatalok és idősebbek szabadidős tevékenységét segítjük a 333 méteres rekortán futókörrel és a többi sportolást segítő eszközzel” – tette hozzá az országgyűlési képviselő.

Kara Ákos és dr. Szálasy László a Feketeiskolában is jártak, ahol máris mérhető a korábbi energetikai fejlesztés pozitív hatása. „Az iskola vezetésével beszélgettünk arról, hogy 25-30 százalékkal kevesebb a rezsijük, annak köszönhetően, hogy a közelmúltban energetikai korszerűsítésen esett át az intézmény” – mondta Kara Ákos.

Az önkormányzati képviselő szerint a Feketeiskolában az udvar fejlesztése is fontos lépés volt. „Jó érzés adyvárosi képviselőnek lenni, és az is jó érzés, hogy a Feketeiskola esetében nemcsak az épület lett energiahatékonyabb,



de az udvaron, városi forrásból sportpályát tudunk létrehozni, köszönet ezért polgármester úrnak” – fogalmazott dr. Szálasy László.

A Kuopio park és a környező utcák is teljesen átalakulnak ezekben a hetekben, a fejlesztés nagy értéke lesz a lakótelepnek. „Itt volt a legégetőbb a parkolási probléma az egész városban, ezért is örülök, hogy itt készül a parkolólemez, illetve a parkfejlesztés is igény volt a lakosság részéről, utóbbinak a Környezetvédelmi Bizottság elnökeként külön örülök” – hangsúlyozta az önkormányzati képviselő.

Művelődési Ház galériájában. Február 15-én, szerdán 18 órakor a Házasság Hetéhez kapcsolódva Együtt, biztonságban címmel tart előadást Ömböli Krisztián lelkipásztor. >>>

Február 17-én, pénteken 16 órától 19 óráig a Dr. Kovács Pál Könyvtár és Közösségi Tér Gyárvárosi Fiókkönyvtár és Közösségi Házában közösségi kreatív, művészeti foglalkozáson vehetnek részt, ahol dobozkönyvet készíthetnek a **MOKKA felnőtt kézműves műhelyben.** >>>

Február 21-én 18.30-kor a Czuczor Gergely Bencés Gimnázium és Kollégium dísztermében kerül sor az idei év első **Bencés estek előadására,** amely a kommunista diktatúrák áldozatainak emléknapjához kapcsolódik. Az

előadó Földváryné dr. Kiss Réka, a Nemzeti Emlékezet Bizottsága elnöke. >>>

„Zsíros csütörtök” címmel tart lengyelországi hagyományörző rendezvényt Győr Megyei Jogú Város Lengyel Nemzetiségi Önkormányzata február 18-án, szombaton 14 órakor a Baross út 29. szám alatt. A program ingyenes. >>>

Filmtörténeti kalandozás a filmzene szárnyán címmel zenés, interaktív program lesz február 13-án (hétfőn) 17 órától a Dr. Kovács Pál Könyvtár és Közösségi Tér Gyárvárosi Fiókkönyvtár és Közösségi Házában (Külső Árpád út 6-8.). Előadó: Ferenczi Tamás. Közreműködik: Drapán László klarinéton. A belépés díjtalan. >>>

„MIBEN SEGÍTHETÜNK?”

A PANASZIRODÁBAN JÁRTUNK

Már a Szent István út 27-es számú iroda külső grafikája is figyelemfelkeltő, a helyiségbe belépve pedig barátságos légkör fogadja a betérőt. Az ügyintézők mosolygósak, kedvesek, bizalommal mondhatjuk el nekik, miért is kerestük fel őket. A polgármesteri hivatal önálló osztályaként működő lakossági iroda közel egy éve fogadja az ügyfeleket, a tapasztalatokról Vargáné Némethy Márta osztályvezetőt kérdeztük.

Szerző: Földvári Gabriella
Fotó: Marcali Gábor

Egy teljesen új, lakossági kapcsolattartó osztályt kellett létrehozniuk. Hogyan vált be az egy év alatt a szolgáltató iroda?

Minden szempontból hiányt pótol az iroda. Nagyon szívesen keresnek meg bennünket az emberek, a közel egy év alatt 1545 ügyben tudtunk segíteni. Emellett számos tanácsot adtunk telefonon, e-mailben vagy személyesen.

Miben tudnak segíteni?

A panaszok többnyire szezonálisak, tavasszal a fametszésekkel, nyáron a fűnyírással, őszszel a temető rendbetételével kapcsolatban tesznek bejelentéseket. Egész évben érkeznek megkeresések a fakivágásokkal, a játszótérrel kapcsolatban. Az utóbbi hetek esőzése miatt pedig a csapadékvíz-elvezető csatornák eltömődése, a kátyúkban felhalmozódott víz miatt kaptunk bejelentéseket. A legtöbb észrevétel, kérés a Győri Útkezelő Szervezethez és a Győr-Szol Zrt. feladataihoz

kapcsolódik. Amiben tudnak, gyorsan intézkednek a cégek, de azt tudni kell, hogy mindkét szervezetnek megvannak az éves ütemezett feladatai, és a költségvetése is. Jó kapcsolatot ápolunk a Városrendészettel is, így ha olyan jelzést kapunk, hogy egy parkolóban vagy közterületen régóta áll egy elhagyott autónak tűnő autó, akkor nekik szólunk. Az



önkormányzati képviselőkkel egymást segítve tevékenykedünk.

Elmondhatom, hogy nagyon szerteágazóak a megkeresések, ezekből mi is mindennap tanulunk valamit. Az a célunk, hogy mi legyünk a legtájékozottabbak!

Milyen feladatot látnak még el az önkormányzat megbízásából?

Két hónapon át részt vettünk a népszámlálásban, a pótösszeírás hétvégéjén egyedülként mi voltunk nyitva, nagyon sokan jöttek hozzánk. Megoldottuk a barnakőszén-támogatás igényfelmérését is. Aztán bekapcsolódtunk a LED-regisztrációba, mi regisztrálunk azoknak, akiknek nincs e-mail-címük, vagy akik a kitöltés folyama-

tában elakadtak. Eddig mintegy 380 győri háztartásnak segítettünk, hogy ingyen LED-izzókhöz jussanak.

Mi az, amiben biztosan nem tudnak segíteni?

A MÁV-val, a Volánnal, a kórházzal, az E.ON-nal, vagy az MVM-el kapcsolatos panaszokra, kérdésekre nem tudunk válaszolni, az nem a mi illetékességi területünk. Ezt sokan nehezen fogadják el. A rezsiemeléskor például többen jöttek be hozzánk panaszkodni, hogy nem tudnak időpontot foglalni a szolgáltatókhoz. Ebben mi nem tudunk segíteni.

Milyen érdekesebb megkeresések érkeztek?

Rengeteg furcsa kérés, bejelentés érkezik, de inkább a kedves megkeresések közül em-

A belvárosi mellett Szentivánon, Gyirmóton és Csanakon is működik lakossági információs iroda.

A lakossági irodák nyitvatartása:

hétfő: 8.30–15 óra,
szerda: 12.30–15 óra,
csütörtök: 8–17.30 óra.

Cím: 9021 Győr, Szent István út 27.
Telefon: 96/500-180
E-mail: lakossag@gyor-ph.hu

lítenék néhányat. Vidékről érdeklődtek, mikor nyílik a tulipánfa a városháza előtt. Többen javasolták, állítson a város emlékművet Markó Ivánnak. Egy zászlógyűjtő pedig a város zászlaját kérte. Nagyon sok bejelentést kaptunk, amikor a Citybusz megszűnt, a kolléganők több alternatív útvonalat javasoltak a hozzánk fordulóknak.

Hogyan zajlik az ügyintézés?

Felvesszük a bejelentést, kitöltünk egy formanyomtatványt, amit az illetékesek felé továbbítunk, a szervezetek pedig majd tájékoztatják a bejelentőt és bennünket is. Mi nagyon örülünk, amikor a lakosságtól visszajelzést kapunk, megköszönik a munkánkat.

győri
nemzeti
színház

MINDENÜTT
HON
VAGYUNK



AUGUST STRINDBERG

AZ ERŐSEBB

MÓZES ANITA SZINA KINGA

JELMEZTERVEZŐ CS. KISS ZSUZSÁNNA SÜGÖ JAKAB ANITA RENDEZŐASSZISZTENS TAKÁCS ZOLTÁN DRAMATURG BERECKZI ÁGOTA

RENDEZŐ ZAKARIÁS ZALÁN



jegy.hu

BEMUTATÓ: 2023. FEBRUÁR 10. 19:30 PADLÁSSZÍNHÁZ

ÍGY JÁTSZANAK A (N)ŐK

Szerző: P. Csapucha Adrienn
Fotó: MekliZ Fotóstúdió

2020 márciusában, két évtizednyi szünet után újranitotta kapuit a Padlás-színház. Azóta számos darabot mutatott be sikerrel a teátrum az intimebb, izgalmasabb térben, ahol a közönség közvetlen interakcióba kerülhet a művészekkel. Pénteken ismét premier, az Erősebb című, egy felvonásos dráma, és annak főszereplői, Mózés Anita és Szina Kinga várja a nagyerdeműt.

August Strindberg művét az a Zakariás Zalán rendezte, aki már többször bizonyított Győrben. A darab színház a színházban, az esten a nézők a kulisszák mögé láthatnak, a főszereplők színpadi magánélete és munkássága összeér a drámában. „Az élet sűrítésével foglalkozunk, nagyon sokszor a saját

tapasztalatainkat építjük be mi, művészek. Az életben is vannak nehéz pillanatok és fordulatok, és ilyenkor nagyon sokat segít a színházi tudásunk, vagy hogy ilyen szituációkat már eljátszottunk a színpadon” – ismertette a rendező.

Az alaptörténetben egy szerelmi háromszöget láthatunk, rivalizálást, összefeszülést két fantasztikus tehetség jóvoltából. „Nagyon erősen női, azonban belül is színésznői sorsokról, utakról van szó a produkcióban. Titokzatos hangulatú a mű, a viszonyok egysege és különbözősége kapcsolódik, én nem is aposztrofálnám harcként, sokkal inkább a viszonyulásokként” – árulta el Szina Kinga.

Természetesen arra is kíváncsiak voltunk, a másik fél hogyan érzi magát a drámában. „Az előadás 70 százaléka nincs szövegem,



mégis nagyon jelen vagyok. Otthon érzem magam ezen a helyszínen, ez az egész tér letisztít. Kingával együtt lélegzünk, az, hogy ketten vagyunk a színpadon, egy plusz adrenalin, hogy hogyan tudunk hatással lenni a jelenlévőkre” – mesélt érzéseiről Mózés Anita.

A HELYES LÉGZÉST SAJÁTÍTHATTÁK EL AZ IDŐSEK

A hosszú, egészséges élet nemcsak a jó táplálkozástól vagy a megfelelő mozgástól függ, hanem a légzés is nagyban befolyásolja azt. Az Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézmény a helyes légzéstechnikai alapok elsajátítása érdekében tartott foglalkozást a Semmelweis utcai idősek klubjában.

Szerző: Kóka Enikő
Fotó: O. Jakócs Péter

Nagy Richárd személyi edző és légzés-instruktor tartott előadást az érdeklődőknek, akik kipróbálhatták a bemutatott mozgásformákat. „Szeretném felhívni a figyelmet a he-

lyes légzés technikájára, és hogy ennek milyen pozitív hatásai vannak a keringési rendszerre, valamint az életvitelünkre. A légzés egy elég tág témakör, de már öt éves kortól be lehet vezetni a különböző légzésgyakorlatokat, amelyeknek tini, felnőtt és idősebb korban is megvan a jelentősége” – emelte ki Nagy Richárd.



A programon sokan vettek részt, lelkesen követték az edző instrukcióit és aktívan hozzájárultak a foglalkozáshoz. Nagy Richárd elsősorban a Buteyko Clinic légzésgyakorlatról beszélt, amelynek lényege, hogy a levegővétel gyakoriságából meg lehet állapítani egy ember jelenlegi egészségi állapotát. Elmondta, hogy a megfelelő légzés átlagosan tizenkét-tizenhat levegővételt jelent percenként. Efölött, tizennyolc levegővételnél, ha a levegővétel sűrű és szájon át történik, úgynevezett hiperventiláció léphet fel, ami eszméletvesztéshez vezethet. Nagyon fontos odafigyelni a légzésünkre, hiszen az idősebb korosztályban könnyebben előfordulhat a kapkodott levegővétel és ezáltal a rosszullet is.

A foglalkozáson elsajátított, a koruknak megfelelően összeállított gyakorlatokat otthon is el tudják végezni az idősek, hiszen teljesen biztonságosak.

Kányai Róbert, az EESZI Győr igazgatója elmondta, több programot is szerveznek az időseknek, volt, hogy illatterápiával, vagy a különböző gyógy módokkal ismerkedhettek meg az érdeklődők. „A régi, hagyományos foglalkozások mellett új projekteket is tartunk. Ennek érdekében belső pályázatot írtunk ki a kollégák részére, akik felmérték az idősek igényeit, ezek alapján szervezzük meg a tavaszi és nyári programjainkat” – mondta Kányai Róbert.

11 TÁMOGATÓ, 11 TÉTEL

A II. KANTHAROSZ GÁLÁN

Szerző: P. Csapucha Adrienn

A Richter Teremben április 13-án XI. alkalommal rendezik meg Magyarország legnagyobb jótékonyági borárverését, a Kantharosz Gálát. Idén 11 meghatározó győri és Győr környéki civil szervezet fogott össze, a Győri Filharmonikus Zenekarral és az ország neves borászaival együtt, hogy egy színvonalas est segítségével támogassák a fiatal tehetségeket.

Az önkormányzat a kezdetek óta a rendezvény mellé állt, és ez idén sem lesz másként. „Kardiológusként jól tudom, hogy a mértékletes, minőségi borfogyasztás jótékony hatással van a szervezetünkre. A minőség pedig a Kantharosz Gálára is igaz, ezen a nagyszerű eseményen összekapcsolódik a kellemes a hasznossal. A mecénatúra napjainkban is jelentős értéket képvisel, így mindenkit arra biztatok, hogy jöjjenek el, támo-

gassák a rendezvényt, és általa a tehetséges fiatalokat” – fogalmazott a találkozón dr. Dézsi Csaba András polgármester. Az ötletgazdák idén is óriási lendülettel fogtak bele a szervezésbe, ami részben köszönhető annak is, hogy máig a gála jóvoltából több mint 82 millió forintból sikerült nagy álmokat valóra váltani. „A finom és egyedi nedűk mellett Nagy István agrárminiszter tokaji aszú felajánlása, valamint Jakabos Zsuzsanna egyik aranyérme is gazdára talál az esten” – árulta el a részleteket Fehér Gábor. A gála főszervezője hozzátette, hogy ezen felajánlások eszmei értéke 5 millió forint, de a pénzügyi támogatások összege is meghaladja a 7 millió forintot.

Az esten a Győri Filharmonikus Zenekar Szulák Andrea és Nyári Károly közreműködésével világláglereket ad majd elő. A gála házigazdái Borbás Marcsi és Rákóczi Ferenc lesznek.



GYŐR PROJEKT KFT.

A Győr Projekt Kft. munkatársat keres

A TOURINFORM GYŐR IRODÁBA IDEGENFORGALMI ÜGYINTÉZŐ

munkakörbe, azonnali munkakezdéssel.

Feladatok:

- adminisztratív feladatok végzése
- irodai ügyfélszolgálat, turisztikai és általános információnyújtás
- levelezés magyar és idegen nyelven
- jegyértékesítés győri és országos rendezvényekre, koncertekre, sporteseményekre
- idegenvezetés közvetítése, kapcsolattartás szálláshelyekkel és turisztikai résztvevőkkel

Elvárások:

- felsőfokú végzettség (idegenforgalmi, turizmus-vendéglátás szakirány előny)
- minimum kétéves munkatapasztalat idegenforgalmi területen
- minimum középszintű, aktív angolnyelv-tudás (egyéb nyelvismeret előny)
- önálló, felelősségteljes, precíz munkavégzés, rendszerben való gondolkodás képessége
- kiváló kommunikációs készség, csapatmunkára alkalmas, kooperatív személyiség
- ápoltság megjelenés, kedvesség

Amit kínálunk:

- határozatlan idejű munkaszerződés
- előre tervezhető beosztás
- fiatal, lendületes csapat

Munkavégzés helye:

Tourinform Győr iroda, 9021 Győr, Baross G. út 21.

Fényképes önéletrajzokat
a gyor@tourinform.hu e-mail-címre várunk.



ZÖLDGYŐR KVÍZ

Azon kedves olvasóink, akik folyamatosan nyomon követték a ZÖLDGYŐR oldalt, könnyedén tudnak válaszolni az alábbi kvízkérdésekre.

1. Mikor volt az első Klíma Expo?

2021. szeptember 11–12.
2022. március 22–23.
- még nem volt

2. Melyik a Környezetvédelmi Bizottság programja?

- fecskévédelmi program
- TeSzedd szemétyűjtési akció
- Egészségnap

3. Melyik hulladék nem komposztálható?

- tojáshéj
- alufólia
- krumplihéj

4. Melyik nem helyi jelentőségű természetvédelmi terület?

- Püspökerdő
- Bisinger park
- Szentiváni tölgyeserdő

5. Hány óvoda kapott a Madárvédelmi Program keretében madáretetőt?

- 25
- egy sem
- 47

6. Hányadik helyezést érte el az Európai Hulladéksökkenetési Héten Győr?

- nem is nevezett Győr
- harmadik
- első

6. Melyik évben fogadták el Győr Klímastratégiaját?

- 2022
- még nem fogadták el
- 2021

7. Mikor jött létre Győr Megyei Jogú Város Közgyűlésének Környezetvédelmi Bizottsága?

- 2020
- 2008
- 2012

A megfejtők között öt ajándécsomagot sorsolnak ki.

A helyes válaszokat a kornyezetvedelem@gyor-ph.hu címre kérjük megküldeni 2023. február 23-ig.

A SZERETET TARTJA ÖSSZE

HARMINC ÉVE NÁRCISZT ÉS PÉTERT

A Házasság Hete, Valentin-nap kapcsán vallott Salakta Nárcisz és Varga Péter arról, hogy mi lehet a hosszú házasság titka. Az ismert pár éppen harminc éve kötötte össze az életét.



Szerző: Havassy Anna Katalin ▶
Fotó: O. Jakócs Péter

A mosolygós párt Győrben nagyon sokan ismerik. Nem véletlen: népszerű éttermet üzemeltetnek már évtizedek óta. A Komédiást még Nárcisz szülei alapították, s bár édesapja 1998-ban elhunyt, édesanyja ma is aktívan segít az üzletben. Nárcisz legnagyobb támasza pedig a férje, Péter, három gyermekük édesapja.

„Osztyáltársak voltunk, a Krúdyba jártunk, de nem ott lettünk egy pár – kezdte Nárcisz, majd arról mesélt, hogy Pétert elvitték katonának, ám amikor leszerelt, a Komédiásban lett felszolgáló. A fiatalok pedig hamar egymásra találtak.

„Péternek ami a szívében, az a száján, otthon és az étteremben is. Nem játszmázik sehol, és szerintem ez nagyon jó tulajdonság. A férjemnek egy összeszokott, egy helyen dolgozó családba kellett beilleszkednie, ráadásul az alkalmazottunk is volt az elején. Meg kellett találnia a helyét, és mivel közben a gyermekek is megszülettek, családfővé is vált.” Varga Péter pedig ha kellett, külföldön is munkát vállalt a számára legfontosabbakért. Gyermekeik sikeresek, s bár a két nagyobb biztos, hogy nem kíván a vendéglátással foglalkozni, ezt Nárciszék nem élik meg kudarcént. A legkisebbnek pedig még van néhány éve.

„Mindent a legjobban szeretünk volna csinálni, mindig is! Péter a szervezési, a technikai dolgokban az ügyesebb, én inkább az irodai fronton vagyok az erősebb. Mindkettőnknek kellett

sok kompromisszumot kötnie, de szerintünk ez így van rendjén” – mesélte Nárcisz.

„A feleségem sokszor azt mondja, hogy mi burokban élünk, s ez valójában így is van. A szeretet



tart bennünket össze, és ezek nem nagy szavak!” – mondta Péter, s erre az egyik legnagyobb bizonyíték, hogy nagylányuk szomáliai származású választottját mindenféle fenntartás nélkül várták a bemutatkozáskor, s akkor is így gondolták,

amikor rövid időn belül kiderült: nagyszülők lesznek.

„A legnagyobb családi szeretetbe született bele Nara, aki egy igazi anyyalka. Tudjuk, hogy még mindig szokatlan a hasonló kapcsolat, ám a tettei, a szavai minősítik az embert, mi így gondoljuk és e szerint élünk!” – jelentette ki határozottan Péter.

„Mostanában mindig azt mondom, hogy nézzünk körül az életünkben

és legyünk boldogok! Harminc éve együtt vagyunk Nárcissal, csodás gyermekeink vannak, és van egy szintén csodás unokánk. Tesszük a dolgunkat, becsületesen élünk, szeretjük és tiszteljük egymást. Mi kell ennél több?” – tette fel a kérdést zárásként Péter.

SZEMSZÖG

Ficsór
Dávid



SZERELEM ÉS MÁS DROGOK

A szerelem szárnyakat ad. Mindig ugyanúgy indul: rózsaszín köd, pillangók a gyomorban, folyamatos álmodozás. A valóság cseppfolyósá válik, a mértekre nem sikerül észszerű választ adni, és minden kicsit olyan, mintha az ember valami tudatmódosító szer hatása alatt állna. A szerelem jó. Hetek, sőt hónapok telnek el egy másik tudatállapotban, aztán megfogalmazódnak komolyabb kérdések is az emberekben: Mostantól mindig horkolni fog? Cukorral eszi a túrós tésztát? Ez most örökké fog tartani? A szerelem nem fenékg tejfel. Vélhetően tudja ezt minden korosztály nemtől függetlenül. A kezdeti lendület sokszor alábbhagy, vannak, akik megfutamodnak, de sokan kitartanak a másik mellett a köd eloszlása után is. Ennek általában házasság a vége. Összeházasodni menő. De rengeteg felelősséggel, fejfájással, és álmatlan éjszakával jár. Belevágni azonban érdemes, írom ezt hét év házasság, két gyermek, két építkezés, és rengeteg felejthetetlen pillanat után. A szerelem szárnyakat ad, de nem fenékg tejfel!

A helyes otthoni vérnyomásmérés

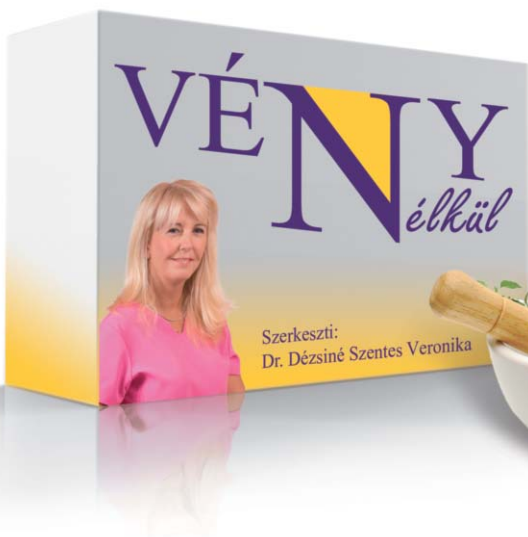
A házi vérnyomásmérők elterjedésével egyszerűsödött a magas vérnyomás kezelésének beállítása. Először is mérjük meg mindkét karon a vérnyomást. Tejesen normális a két kar között a kb. 10 Hgmm-es különbség. Vérnyomásmérés előtt pihenünk 3-5 percet, karunk legyen a mérőkészülékkel egy magasságban, mérés közben ne mozogjunk, ne beszéljünk, legyen jól ki nyomva a levegő a mérés előtt, és ha vastagabb a karunk, vegyünk szélesebb mandzsettát. A két kar között az említettnél nagyobb különbség felveti anatómiai rendellenesség (főképpen érrendellenesség) le-

hetőségét, ennek tisztázására további kivizsgálás javasolt, hasonlóan kell továbblépni akkor, ha ismeretlen ok miatt felállásakor nagyon leesik a vérnyomás.



A fogínyvérzés okozója

Sokkal fordult már elő, hogy a fogmosást vagy a fogselyem használatát követően fogínyük vérzésnek indult. A gingivitis a fogínybetegség enyhébb stádiuma, ez azonban nem jelenti azt, hogy nem kell komolyan venni. A gingivitist a fogakon felgyülemelő lepedék okozza, tünetei pedig a fogíny pirosodása, irritációja és felduzzadása. Ha nem kezelik időben, a gingivitis súlyosabb stádiumba lép át – ez az úgynevezett periodontitis, amely visszafordíthatatlan károkat tehet az ember fogaiban és fogínyében.



Miért vagyunk fogékonyabbak a betegségekre télen? A mögöttünk hagyott, járvánnyal terhelt években sokakban erősödött a tudatosság mind a higiénia, mind az egészségmegőrzés terén. Az alapos fertőtlenítés vagy a rendszeres kézmosás minden évszakban szükséges, télen pedig különösen, amikor kifejezetten kedvező a környezet a vírusok terjedésének.

TÉLEN IS LEGYEN RENDBEN AZ IMMUNRENDSZERÜNK

Kerüljük a zsúfolt tereket

A tél a betegségek időszaka, ezért az általános higiénia mellett az is nagyon fontos, hogy gondoskodjunk immunrendszerünk megfelelő felkészítéséről ezekre a napfényben ínséges napokra. Az őszi és a téli hagyományosan a légúti megbetegedések időszaka, sokunkat nem kímél meg a nátha és a torokfájás ezekben a hónapokban. A kinti hideg gyakran beltérre kényszeríti az embereket, ahol összezsúfolódva remek terepet biztosítanak a kórokozók terjedésének. Az alacsonyabb hőmérséklet ráadásul általánosságban lassabb és gyengébb immunválaszt eredményez, ami alapvetően fogékonyabbá teszi a szervezetet a fertőzésekre. Kevesebb D-vitaminhoz jut a szervezetünk, ami szintén vezethet az immunrendszer gyengüléséhez. A mozgásszegényebb mindennapok és a nyomasztó sötétség depresszív hatása szintén olyan tényezők, amelyek gyengítik a szervezet ellenálló képességét.

Mit tehetünk immunrendszerünk erősítéséért?

Ahhoz, hogy a legjobban hasznosítsuk ezt az időszakot és a leghatékonyabb legyen a rege-

neráció, aludjunk 7-9 órát. Alvás előtt 3-4 órával együnk utoljára, a lefekvéshez pedig teremtsük ideális viszonyokat, zaj- és fénymentes környezetet. Ha pedig kifejezetten rossz alvók vagyunk, bizonyos vitaminok segíthetnek nemcsak a könnyebb álomba merülésben, hanem az alvásminőség javításában is.

Maradjunk aktívak

A rendszeres testmozgásnak számos egészségügyi előnye van, amellett, hogy az általános



közérzetet javítja, segíti a vérnyomás szabályozását és a stressz csökkentését. Ez pedig elősegíti, hogy keringési rendszerünk képes legyen gyorsan reagálni, ha valamilyen fertőzés kerülne a szervezetbe. Emellett csökkenti a koleszterinszintet, támogatja a test méregtelenítését és a szívbetegségek elleni küzdelemben is remek eszköz. Naponta legalább 30 percet töltünk mérsékelt testmozgással.

Táplálkozzunk kiegyensúlyozottan

Általánosságban is fontos, hogy nagyon sok zöldséget és gyümölcsöt fogyasszunk, télen pedig kifejezetten oda kell figyelni a kiegyensúlyozott étrendre. Bizonyos húsokhoz és különböző szénhidrátokhoz rendszeresen és egyszerűen hozzájutunk, de az olyan hasznos táplálékokat hajlamosak vagyunk kihagyni az étrendünkéből, mint a halak vagy az olajos magvak, amelyek kifejezetten gazdagok omega-3 zsírsavakban. Tudatos étrenddel gondoskodhatunk a megfelelő vitaminok és ásványi anyagok beviteléről, de akár különböző étrend-kiegészítőket is bátran fogyaszthatunk.

Gyermeink későbbi egészségét befolyásolja a fogantatástól egészen kétéves életkoráig eltelt időszak alatt lezajló genetikai programozás. Az első 1000 nap táplálásával – melybe a hozzátáplálás is beletartozik – számos népbetegség megelőzhető. A hozzátáplálás időszaka kiváló arra, hogy helyes étkezési szokásokhoz szoktassuk családunkat, kisbabánkat, és ezzel is megalapozzuk felnőttkori egészségét.

A HÉT ORVOSI TÉMÁJA

MILYEN A KIEGYENSÚLYOZOTT BABATÁPLÁLÁS?



Szerző: **Bényes-Molnár Réka**
dietetikus, TudásÉpítők

Hozzátáplálási ajánlások

A hozzátáplálási ajánlások – mely iránymutatást ad orvosoknak, védőnőknek, édesanyáknak – időről időre megújulnak. Hazánkban sincsen másként, hisz 2019-ben az EMMI kiadta szakmai irányelvét az egészséges csecsemő táplálásával kapcsolatban. Fontos, hogy az étkezések jó hangulatban teljenek, teret hagyva a felfedezésre.

Mikor és mivel kezdjük a hozzátáplálást?

A baba fejlettségéhez, készségeihez és szükségleteihez kell igazítani a hozzátáplálás bevezetését. Általában hat hónapos kor körül már segítséggel képes ülni, tartja fejét és nyakát, kezét szája felé közelíti, hason fekve kinyomja magát nyújtott könyökkel, érdeklődik az ételek-étkezés iránt, megduplázza születési súlyát. Érdemes először tízórai, majd uzsonna, aztán reggeli és ebéd, legvégül vacsora alkalmával kóstoltatni gyermekünket. Havonta egy étkezést vezessünk be a számára. Egyéves korban már kapcsolódjon be a család napi ötször étkezésébe. Már a hozzátáplálás elején kínálhatunk többféle szezonális gyümölcsöt, zöldséget, húst, halat, tojást, gabonát, tejterméket különféle állagban, ízesítésben, hőmérsékletben. Az étkezés gerincét a hazai alapanyagok adják.

Mikor vezessük be az allergéneket?

Egészséges gyermek esetében a leggyakoribb táplálék allergéneket első születésnapja

előtt kell bevezetni, ezzel csökkenteni tudjuk a későbbi reakciók kialakulását. Ez történjen fokozatosan, emelve a mennyiséget, figyelve a tüneteket. Allergén a glutén, tej, tojás, hal, szója, földimogyoró, olajos magvak, tenger gyümölcsei, zeller stb.

Mennyi az annyi?

Ne méregessünk, bízzunk gyermekünkben, érzi, hogy mire és mennyire van szüksége. Szülőként a feladatunk a táplálás során eldönteni, milyen ételt kínálunk gyermekünknek, és ezt hogyan és mikor tesszük. Mi a gyermek feladata? Eldönti, kér-e belőle, és ha igen, mennyit szeretne enni. Teljen minden étkezés jó hangulatban, stresszmentesen!

Víz, víz tiszta víz!

A hozzátáplálás megkezdésével kínáljuk gyermekünket étkezésekkor kizárólag vízzel, lehetőleg pohárból. Kerüljük a gyümölcslevek, cukrozott teák és tejes italok adását. Ahogy az evés, az ivás is tanult folyamat, segítsük ebben.

**„A BABA
FEJLETTSÉGÉHEZ,
KÉSZSÉGEIHEZ ÉS
SZÜKSÉGLETEIHEZ
KELL IGAZÍTANI
A HOZZÁTÁPLÁLÁS
BEVEZETÉSÉT.”**

Mivel ízesítsük az ételeket?

Gyermekeink sokkal intenzívebben érzik az ízeket. Nyitottak az izgalmas ételek iránt, főzzünk friss és szárított (zöld)fűszerekkel már az elején, kínáljunk egyaránt savanyú, keserű ételeket is. Az ételkészítéshez a lehető legkevesebb sót használjunk. Az édes ízt gyümölcsökkel biztosítsuk, a hozzáadott cukor kerülését 2 éves korig javasolja az Egészségügyi Világszervezet (WHO).

Milyen ételt/italt ne adjunk?

Kerüljük a cukrot, egyéves korig a mézet. Ne kapjon gyermekünk gyógyteákat, fekete és zöld teákat, nagy mennyiségű tehéntejet, kecsketejet, nyers tojást. Fulladást okozó ételeket, pl.: egészben adott diót, mogyorót, kemény-nyers gyümölcsöt vagy zöldségdarabot.



GYÖRSZOL

VESZÉLYES A VÉKONY JÉG!

Szöveg és fotó: Győr-Szol Zrt.

A Győr-Szol Zrt. felhívja a figyelmet, hogy a város területén, a társaság kezelésében lévő tavak, állóvizek befagyott felületén tartózkodni tilos, élet- és balesetveszélyes! A szolgáltató kéri a lakosságot, vegyék figyelembe a balesetveszélyre figyelmeztető táblákat, melyek a város állóvizeinek partján találhatók.

Bár a hét elején a tartós hideg és az éjszakai mínuszok következtében a vízfelületeken jegesedés indult, azonban az elmúlt napokban már folyamatosan felmelegedés tapasztalható, így fokozott veszélyt jelentenek a megmaradt jeges felületek. Az állóvizek jege csak akkor biztonságos, ha vastagsága eléri vagy meghaladja a tíz centimétert. A folyóvizeken egyértelműen tilos a csúszkálás,

korcsolyázás, és jelenleg az állóvizek jegére menni is élet- és balesetveszélyes. Adyvárosban, Szabadhegyen és a Holt-Marcál mellett kihelyezett táblák szövege arra hívja fel a figyelmet, hogy aki mégis rámegy a befagyott tavak jegére, azt saját felelősségére teszi, a szabályszegőket pedig a hatóság megbírságozhatja.

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

GYHG LEÉGHET A KUKA A HAMUTÓL

Szöveg és fotó: GYHG

A GYHG Győri Hulladékgazdálkodási Nonprofit Kft. a fagyosabb időjárás beköszöntével a kukák helyes használatára hívja fel a figyelmet. A kazánból és a kályhából kikerülő hamut a barna fedeles biokukába lehet tenni. Fontos azonban, hogy a hamut minden esetben teljesen kihűlten dobjuk ki, mert a gyulladáshoz elegendő egy picit parázs, és leéghet a kuka, akár életet és ingatlanokat is veszélyeztetve.

A hulladékgyűjtő autóra nézve is veszélyes, ha átmelegedett hulladék, parázs kerül az ürítőszer-

kezetbe, vagy a jármű felépítményébe. A közszolgáltató tanácsa, hogy a kukába szánt hamut két napra tegyük félre egy fémvödörbe, majd ezt követően öntsük a hulladékgyűjtő edénybe.

Ugyancsak téli jellemző, hogy a kidobott szemetet belefagyhat a hulladékgyűjtő edénybe. Ezt megelőzhetjük, ha a hulladékot zsákban dobjuk a kukába, illetve ha a hulladékgyűjtő edény tele-tömése helyett annyi szemetet teszünk bele, amennyi úrtartalomra a kuka rendszeresítve van.

A dolgozók és a járművek védelme érdekében kiemelten



fontos, hogy a kukába nem való anyagok (például veszélyes hulladék, vegyszer, építési törmelék) télen se kerüljenek a hulla-

adékgyűjtő edénybe. A Győri Hulladékgazdálkodási Nonprofit Kft. megköszöni a lakosság együttműködését.

KwikFit
GUMI- & AUTÓSZERVIZ HÁLÓZAT

azonnal fogadunk!

+36 96 411955
9024 Győr, Szent Imre út 55.
gyor@kwikfit.hu
Mol kút mögött

Érthető, megfizethető, megbízható | www.kwikfit.hu

LAKÁSCSERE

Belvárosi, 2 szobás, 53 nm-es, komfortos, határozatlan bérleti szerződéses lakást cserélne 53-60 nm-es, 2-3 szobás, határozott-határozatlan idejű bérleményre. (Hirdetésszám: 706)

Szigeti, 1 szobás, 36 nm-es összkomfortos, határozott bérleti szerződéses lakást cserélne 1 szobás, 36-40 nm-es, határozott-határozatlan idejű, maximum 3. emeleti, adyvárosi bérleményre. Tartozás átvállalása lehetséges 250.000 Ft-ig. Bán Aladár utca kizárva. (Hirdetésszám: 707)

Marcálváros I-en 2 szobás, 49 nm-es, összkomfortos, határozott bérleti szerződéses lakást cserélne 2-2,5 szobás, 50-60 nm-es, határozott-határozatlan idejű, liftes, nádorvárosi vagy Marcal-

város I-II. városrészben található bérleményre. (Hirdetésszám: 708)

Szigeti, 2 szobás, 69 nm-es, komfortos, határozatlan bérleti szerződéses lakást cserélne 1-2 szobás, határozatlan idejű bérleményre. (Hirdetésszám: 713)

Belvárosi, 2 szobás, 59 nm-es, összkomfortos, határozatlan bérleti szerződéses lakást cserélne 2 szobás, 1-2. emeleten található, 32-40 nm-es, határozatlan idejű bérleményre. (Hirdetésszám: 715)

GYÖRSZOL

Tel.: 96/505-050



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Kohéziós Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

SZÉCHENYI 2020



SZEMLELETFORMÁLÁS

Szöveg és fotó: Pannon-Víz Zrt. / Borsi Viktória

Természeti kincsünk védelme érdekében a Pannon-Víz Zrt., az Aqua Szolgáltató Kft., a Soproni Vízmű Zrt. és a Magyar Víziközmű Szövetség szemléletformáló küldetésben vett részt konzorciumként, a KEHOP-2.1.7-19-2019-00022 azonosítószámú, „A klímaváltozás hatása a vízbázis védelmére a Pannon-Víz Zrt., az Aqua Szolgáltató Kft. és a Soproni Vízmű Zrt. területén: szemléletformálás a lakosság körében” elnevezésű pályázat keretében, amely 2022. december 31-én lezárult.

Programsorozatunk egyik kiemelt célcsoportja a fiatalabb generáció volt, hiszen az ő hozzáállásuk nagyban befolyásolja Földünk jövőjét. Ezért a lehető legtöbb óvodába és oktatási intézménybe igyekeztünk eljutni és megtartani szemléletformáló bemutatóinkat, mindezt társítva tanulmányi versenyünkkel, kisfilmjeinkkel és egyéb oktató programjainkkal, eszközeinkkel. Az oktatási hatékonyság érdekében bemutatóhely kialakítására is sor került.

A konzorcium a pályázat keretében pályaaorientációs napot, valamint egyéb programokat, kirándulásokat szervezett iskolások részére, a tantervekben szereplő tematikus hetekhez

kapcsolódóan. Ennek keretében a diákok ellátogattak a víziközmű-szolgáltatók különböző telephelyeire, illetve víztorony-látogatásokon vehettek részt. Szem előtt tartva az önkifejezést, a fiatalok rajz-, fotó-, vers-, próza- és meseíró-, valamint kisfilmpályázat keretében kifejezésre juttathatták kreativitásukat.

A projekt megvalósítási időszakában a víziközmű-szolgáltatók munkatársai számos alkalommal tartottak bemutató napot vagy különböző rendezvények meghívott vendégeként kitelepülve ismertették a társaságok munkáját, valamint a víz- és szennyvízellátással kapcsolatos tudnivalókat, legtöbb esetben játékos keretek között. A kilátogatók találkozhattak velünk többek között a Győrkövesztiválon, az ÚjRadó és Dunamenti Fesztiválon, valamint családi és gyermeknapokon is.

A pályázat rendkívül eredményesen zárult, a konzorcium szinten vállalt 23.527 aktív elérésből 25.962 elérést, valamint a vállalt 270.900 passzív elérésből 2.068.077 elérést sikerült teljesítenünk, azaz programunk során jelentős létszámú közösséget sikerült elérnünk közvetett és közvetlen módon is. Pályázatunk Magyarország Kormánya megbízásából, az Európai Unió 117.399.727 Ft összegű támogatásával valósult meg.

ELKEZDŐDÖTT A KÁTYÚZÁS

Szöveg és fotó: Győri Útkezelő Szervezet

Aváros közel 500 kilométer hosszú, belterületi úthálózatán az elmúlt hetek esős, illetve hideg időjárása több útszakaszon úthibákat okozott. Ahol a forgalom lehetővé tette, sebességkorlátozás mellett piros-fehér sávozású terelőtáblát tett ki a kátyúkba a Győri Útkezelő Szervezet, elkerülve az autókban keletkező károkat. A téli időszak nem feltétlenül alkalmas a tartós javításokra, elsősorban azért, mert az aszfaltkeverő üzemek nem működnek – csak az előrekevert, úgynevezett hidegaszfalt áll rendelkezésre, ami azonban nem alkalmas a nagy forgalmú utak tartós javítására, csak

ideiglenes javításra használható – tájékoztatott Máthé-Tóth Péter, az Útkezelő Szervezet igazgatója. A Győri Útkezelő Szervezet mérnökei 93 helyszínt mértek fel és rögzítették a hibákat a város önkormányzati útjain, elsősorban fő- és gyűjtőúthálózaton. A kivitelezői kooperációk során összehangolták a feladatokat, mivel a győri élményfürdő parkolója és a Kuopio parki parkolófejlesztés miatt 3 munkanap üzemel a Győr melletti aszfaltkeverő telephely a meleg-hengerelt aszfalt készítése érdekében. A két beruházáshoz ideiglenesen elindított üzem készíti a Győri Útkezelő Szervezet számára a kátyúzashoz használt mintegy 60 tonna aszfaltot. Keddtől több helyszínen végzik az útjavítást.

ÁLLÁSHIRDETÉS

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

MŰVEZETŐ

(Köztisztasági üzem)

Feltétel: középfokú végzettség, B kategóriás jogosítvány. **Előnyt jelent:** kertész szakirányú közép- vagy felsőfokú végzettség

VÍZGAZDÁLKODÁSI SZAKREFERENS

(Városüzemeltetési üzletág)

Feltétel: szakirányú, legalább középfokú végzettség

KARBANTARTÓ

(Parkolóüzemeltetési üzletág)

Főbb feladatok: utcai és zárt téri parkolástechnikai berendezések napi működtetési, javítási és karbantartási feladatainak ellátása. **Feltétel:** műszerész vagy villanyszerelői végzettség; B kategóriás jogosítvány; saját gépjármű. **Foglalkoztatás jellege:** teljes munkaidős; A/B hetes munkarend; hétfélig munkavégzés; hétfélig készenlét

KÉZI ÚTTISZTÍTÓ, GÉPI PARKGONDOZÓ, KÉZI PARKGONDOZÓ

Foglalkoztatás jellege: 8 órás munkaidő, egy műszakos munkarend

GÉPI PARKGONDOZÓ

Feltétel: B kategóriás jogosítvány. **Foglalkoztatás jellege:** 8 órás munkaidő, egy és több műszakos munkarend

GÉPJÁRMŰVEZETŐ

Feltétel: C kategóriás jogosítvány. **Foglalkoztatás jellege:** 8 órás munkaidő, egy és több műszakos munkarend

CSŐSZERELŐ

Feltétel: szakirányú végzettség. **Foglalkoztatás jellege:** 8 órás munkaidő, egy műszakos munkarend

VILLANYSZERELŐ, LAKATOS-KARBANTARTÓ

Feltétel: szakirányú végzettség, B kategóriás jogosítvány. **Foglalkoztatás jellege:** 8 órás munkaidő, egy műszakos munkarend

KŐMŰVES BRIGÁDVEZETŐ

Feltétel: szakirányú építőipari végzettség, B kategóriás jogosítvány. **Előnyt jelent:** vezetői kvalitás

MŰSZAKI ELŐKÉSZÍTŐ

Feltétel: középfokú műszaki végzettség, B kategóriás jogosítvány, számítógépes alapismeret. **Előnyt jelent:** építőipari szakirány



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

Biztonságos,
INFLÁCIÓ
FELETTI kamat

PRÉMIUM MAGYAR ÁLLAMPAPÍR

AKÁR
16%
ÉVES KAMAT*

KAMATADÓMENTES

A KINCSTÁR, A POSTA, VALAMINT EGYES
BANKOK FIÓKHÁLÓZATÁBAN ÉS ONLINE

allampapir.hu



Magyar
Állampapír

*A kifizetendő kamat mértéke a kamatbázis és a kamatprémium összege. A kamatbázis megegyezik a kamatmegállapítás évét megelőző naptári évre vonatkozóan a Központi Statisztikai Hivatal által hivatalosan közzétett éves átlagos fogyasztói árindex-változás százalékos mértékével, ami 2022. évre vonatkozóan 14,5%. A Prémium Magyar Állampapír ezen kamatbázis felett biztosít sorozatonként eltérő, a 2027-ben lejárt 2027/K sorozatú kötvényre 0,75%, a 2030-ban lejárt 2030/I sorozatú kötvényre 1,5% kamatprémiumot. Jelen tájékoztatás a tőkepiacról szóló 2001. évi CXX. törvény vonatkozó rendelkezései alapján kereskedelmi kommunikációnak minősül, és nem tekinthető ajánlattételnek, teljes körű tájékoztatásnak, befektetési vagy adótanácsadásnak. A Kibocsátó felhívja a befektetők figyelmét, hogy a Prémium Magyar Állampapírok esetében sem zárhatóak ki teljeskörűen az infláció változásából eredő kockázatok, és valamennyi további befektetési kockázatot és lehetőséget is a befektetőnek kell felmérnie. A Prémium Magyar Állampapírok forgalomba hozatalának és forgalmazásának általános feltételeit az adott sorozat Ismertetője és Nyilvános Ajánlattételle tartalmazza, melyek megtekinthetőek a forgalmazóhelyeken, az ÁKK Zrt. saját honlapján (www.allampapir.hu és a www.akk.hu), valamint az MNB által üzemeltetett honlapon (kozvettelek.mnb.hu).

ALEK-SZANDR HERZEN OROSZ IRO GONDOLATA: 1. RÉSZ	AZ EGYIK SZÜLŐHOZ JOBBAN KOTODÓ	VIZUÁLIS	KISSÉ KOMOR!	ÉLESEN KIÁLT GIGA-ROVIDEN	RÓMAI 5-OS IDŐSZAK	TEAHÁZI TANCOSNÓ AZ ARGON VEGYJELE	GRAMM, ROVIDEN ÜTÉPÍTŐ-ANYAG	MEGINT VÉGET ER	IMA ELEJE! AZ ŐSZ VÉGE!	OPERA DAL-BETÉT TOVAFUTÓ	DEHOGY! KÖZEPEN HÚTÓ!	BÉR ELEMEL! FEJET MEGÜT	ÁLMÁBÓL ESZMÉL	A MÁJUSI ARANYAT ER!
													EME A FIOKBA REJT	
KÉT ÖSSZETARTOZÓ DOLOG				SZÁMLÁN LÁTHATÓ APAÁLLAT					TIZDECIS LÚD					
AZ EGYIK OLDALRÓL A MÁSIKRA			ÉRTE-SÜLES LIMA A FŐ-VÁROSA			RITKA NŐI NÉV TARTÓSI-TÓ OLDAT		GYAKOR-LÓTTASÁG GYÜMÖL-CSÓS			A HÉT NAP EGYIKE SZESZES SODÓ	CSONT-ÁLLO-MÁNY VEGYTAN		
PANA-SZOS HANGON SZÓL					SIEMENS, ROVIDEN DÖL... A SZÓ					FÜSZER-NOVÉNY TÉLI ÜT-TISZTÍTÓ				UTÓD, IVADEK
SPORT-SZERŰ	SZINTÉN NEM AZ IDEZET 2. RÉSZÉ			TESZI A SZÉPÉT MEG-BOSSZUL									GUMI-DARAB! MINDENT TUD ROLA	
				HÁZHELY TEREM-SPORT				FÖLD-HÁNYÁS KAIRO LAKOSA				A RABSÁG JELKEPE HÁLÁVAL EMLEGET		
FÉLFA! A MŰLT IDŐ EGYIK JELE	MEG-KOZELÍT BIBLIAI HAJÓS!					AKADÓ, A SZELEIN! ELMÉLETI, ROVIDEN			MESEHŐS VÁNDOR RUHÁJÁT LEPI BE				GAUSS, ROVIDEN RENDBEN!	
MEGSZÓ-LÍTÁS ZÖLDSÉG-FELE		IZOMBAN REJLIK KAMERUN HATARAI!			FÖLD-FELSZÍN RIMINI RÉSZÉ!				ÖSSZE-HORD TE MEG EN					
						BŐSÉGES ÉTKEZÉS ENERGIA, ROVIDEN					PIACI SÜLY BELGA AUTOJEL			
BAR, ROVIDEN	T											LEGELO, KASZALO		



A helyes megfejtést jövő hét szerdáig 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.

Győri lakossági LED-csereprogram

ENERGIÁT ADUNK A GYŐRIEKNEK!

Ezt hozza magával:

- ♦ egy havi villanyszámla
- ♦ személyi igazolvány
- ♦ lakcím kártya

Ügyfélfogadás:

Hétfő: 8:30 – 15:00
Szerda: 12:30 – 15:00
Csütörtök: 8:00 – 17:30

Nincs internete, nincs e-mail címe vagy csak elakadt a regisztrálásban? Segítünk!

Keresse fel a győri lakossági információs irodát! (9021 Győr, Szent István út 27.) Segítünk Győr lakosainak, hogy mindenki élhessen a győri LED-csereprogram adta lehetőséggel!

Átadás helyszíne: OSP - Olimpiai Sportpark (9025 Győr, Radnóti Miklós u. 46.)

10 ÉVES A JÁTÉK

„ARRABONA ÉVSZÁZADAI” VÁROSISMERETI VETÉLKEDŐ



1. rész: Totókérdések ütemezése

Témakör	Győr+ Hetilapban megjelenés	Beküldési határidő
1. Várostörténet	Február 10.	Február 22.
2. Győri városháza	Február 24.	Március 8.
3. Képzőművészet, irodalom	Március 10.	Március 22.
4. A Győr + Média izgalmas világa	Március 24.	Április 5.
5. Éltető víz	Április 7.	Április 19.
6. Gazdaság, közlekedés	Április 21.	Május 3.

2. rész:
Belvárosi felfedező
regisztrált diákoknak:
május 5.,
győrieknek:
április 24–május 15.

3. rész: Döntő
2023. május 26.

A második részben felfedező rejtvénysetára invitáljuk az érdeklődőket a belvárosba. Menetlevél segítségével megadott útvonalat kell majd bejárni. A menetlevelet a Győri Látogatóközpontban elhelyezett „Arrabona évszázadai” gyűjtőládikába kell bedobni április 24–május 15. között. A résztvevők közül sorsolással 3 játékos jutalomban részesül. A füzetkéket április 24-től a Győr+Média szerkesztőségében, a Lokálpatrióta Belvárosi Könyves Polc üzletben, a Győri Látogatóközpontban, valamint a Molnár Vid Bertalan Művelődési Központban lehet beszerezni.

Tudnivalók a regisztrált iskolás csapatoknak:

1. rész: Kétféleképpen jelennek meg a totók a Győr+ Hetilapban. A totólapok csak belejavítás nélkül érvényesek. A kitöltött lapokat e-mailben kell elküldeni a predlne.margit@molnarvid.hu címre. A totók letölthetők a Győr+ Hetilapok digitális lapszámaiból is. **2. rész:** Különböző helyszíneket kell majd felkeresni menetlevél segítségével. **3. rész:** A döntőbe a legügyesebb 10 csapat kerülhet be, itt dől el a végső sorrend, és megtudjuk, ki lesz az első három helyezett csapat.


Tudnivalók a játékos kedvű győri felnőtteknek:

A győriek közül a jubileumi évben is bárki csatlakozhat a vetélkedő két fordulójához. Az első részben a kitöltött tesztlapokat a Győr+ Média szerkesztőségébe (9023 Győr, Kodály Z. 32/A), illetve az arrabona@gyorplusz.hu címre kell elküldeni. A lapok leadási határideje a táblázatban látható. A helyes megfejtők közül 3 szerencsés olvasó ajándékban részesül. A sorsoláson azok a győriek vehetnek részt, akik a 6 fordulóból legalább 4-et visszaküldenek.

A témák szakemberei: Orbánné dr. Horváth Márta helytörténész, Antaliné Hujter Szilvia osztályvezető könyvtáros, Dr. Kovács Pál Könyvtár és Közösségi Tér, Nagy Mária könyvtáros, Széchenyi Egyetem, Kiss-Máté Noémi, Győr+ Média, Horváth Petra kabinetvezető, Pannon-Víz Zrt.

Információ kérhető Prédlné Németh Margittól, a Molnár Vid Bertalan Művelődési Központ igazgatóhelyettesétől (20/406-9050).

- Falco bútorlapok
- OSB-lapok kis- és nagykereskedelme
- lapszabászat, élzárás, tartozékok
- asztali munkalapok
- csúszásmentes natúr, nyír és bükk rétegelt lemezek
- mindennemű CNC-megmunkálás
- Blum vasalatok nagy választékban
- fogantyúk, pántok nagy választékban
- egyedi bútorok készítése

**TERNYÁK
TRADE KFT.**
BÚTORLAP ÉS BARKÁCS SZAKÁRUHÁZ

- Győr, Fehérvári út 78.
- Tel.: 96/419-600
- Tel./fax: 96/517-599
- Nyitva: h-p. 7-16.30, szo. 8-12 óráig
- ternyak-trade.hu



REGISZTRÁLT ISKOLÁS CSAPATOK

CSAPATNÉV:

ISKOLA:

GYŐRIEKNEK

BEKÜLDŐ NEVE:

TELEFONSZÁMA:

E-MAIL VAGY LAKCÍM:

Beküldési határidő: február 22.

Diákok:

predlne.margit@molnarvid.hu

Győriek:

arrabona@gyorplusz.hu

A fődíjsorsoláson azok a győriek vehetnek részt, akik a hat totóból legalább négyet visszaküldenek.

VÁROSTÖRTÉNET

Készítette: Orbánné dr. Horváth Márta helytörténész

1. A honfoglalás előtt a mai Kisalföld területét több népcsoport is elfoglalta egymást követve. A múzeumi ásatások tárták fel emlékeiket. Állapítsd meg tartózkodási idejük helyes sorrendjét.

1. avarok, rómaiak, frankok
2. avarok, frankok, rómaiak
- X. rómaiak, avarok, frankok

2. A mai Győr térségéből első adataink az első évszázadból Tétény és Huba törzsi vezérekről is szólnak. 955-970 körül már az Apor nemzetség vált itt birtokossá. Apor családnéven Győrben a 20. sz. első felében magas tisztséget betöltő személy tevékenykedett. Melyik tisztséget töltötte be?

1. bíró
2. püspök
- X. tanár

3. Magyarországot az ellenség 1241-ben, Győr várát 1242-ben támadta meg, és égette fel. Kik voltak ők?

1. bajor hercegek
2. hunok serege
- X. tatár-mongol sereg

4. Hunyadi János kormányzó vezetésével az 1455. évi győri országgyűlésen jelentős számú sereg felállításáról döntöttek az oszmán-török támadás kivédésére. Kapisztrán János által toborzott keresztiesekkel együtt indultak a déli határ felé. 1456-ban hatalmas győzelmet arattak a török felett. Hol?

1. Nagyszebenben
2. Nándorfehérváron
- X. Rigómezőn

5. A 16. század második felében Francesco Benigno és Pietro Ferrabosco irányításával megépítették a korszerű győri várat. Hány kapuja volt?

1. egy
2. három
- X. négy

6. Az új győri vár főkapitánya 1593-tól Ferdinand von Hardegg gróf, császári generális lett, aki 1594. július 31-étől az 5000-6000 fős helyőrséggel és polgári lakossággal 1594. szeptember 29-ig védte a várat. Mi történt ezután?

1. elvonultak a törökök
2. a kapitány feladta a várat
- X. győztek a magyarok

7. Mehmed győri beglerbég hirdette: csak a vaskakas kukorékolásakor lesz a vár a magyaroké. Pálffy Miklós, Adolf von Schwarzenberg vezetésével a magyar, német, francia, spanyol gyalogosok mikor foglalták vissza a várat?

1. 1598. február 21-ről virradó 22-ére
2. 1598. március 28-ról virradó 29-ére
- X. 1598. április 2-áról virradó 3-ára

8. A város krónikájában jegyezték fel, hogy 1743-ban, 1748-ban, 1754-ben földrengést észleltek a győriek. Az 1763. június 28-án bekövetkezett szigeti földrengésről így írtak: „Győrt megtámadta, Budát fölzaklatta, Komáromot megsemmisítette”. A győri túlélők halálából Szentháromság-szobrot állítottak. Hol látható ma is?

1. A belvárosban
2. Csanakon
- X. Szigetben

9. Kismegyeren 1809. június 14-én volt a napóleoni háborúk egyetlen, a Magyar Királyság területén lezajlott ütközete, a franciák győztek. A csata helyszínén 1897-ben magyar, német és francia nyelvű felirattal emlékeztek az elesett hősökre. A szövegből megtudhatjuk, hogy a nemesi felkelőknek 39.600, a francia seregnek 40.000 katonája volt. Felírták a mindkét fél részéről elesettek számát. Hány harcos vesztette életét összesen?

1. 1011
2. 2021
- X. 3031

10. A Poeltenberg Ernő tábornok vezette VII. hadtest 1849. június 28-án Győr térségében megpróbálta feltartóztatni Haynau tábornok nagy túlerőben lévő erőit, sikertelenül. I. Ferenc József osztrák császár az osztrák csapatok élén bevonult Győrbe. Ki írt a naplójába az ütközetről?

1. Ecker János
2. Römer Flóris
- X. Zichy Ottó

11. Az I. világháborúban elesett győri ezredek Hősök-emlékművét 1938-ban Albrecht királyi herceg avatta fel. 2001-től a Hősök napján itt emlékeznek a harcban elesettek. Hol található az emlékmű?

1. A Batthyány téren
2. A Bisinger József sétányon
- X. A Radó sétányon

12. A II. világháborúban Győr városát először 1944. április 13-án bombázta az angolszász légitörzs. Egyetlen üzemből 532 ember vesztette életét. Melyik gyár munkásai voltak?

1. Bútorgyár
2. Szeszgyár
- X. Vagongyár

13. „Az 1956-os szabadságharc városi és megyei mártírjainak emlékére” állíttatta fel Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata Deim Pál alkotását. Hol láthatod az emlékművet?

1. A Radó-szigeten
2. A Nádorvárosi köztemetőben
- X. A Bisinger József sétányon

13+1. A rendszerváltás után 1990 őszén két fordulóban Győrött is megtartották a helyhatósági választásokat. A 21 tagú testületben a tagok

1. csak egyéni képviselők voltak
2. csak listán megválasztott képviselők voltak
- X. egyéni és listás képviselők voltak



Molnár Vid Bertalan
Művelődési Központ

GYŐR+
MÉDIA



Dr. Kovács Pál
Könyvtár és
Közösségi Tér

GYŐRSZOL

starbrand.hu
reneszvárszervezés

BÜCHL
HUNGARIA



Palatia
Nyomda és Kiadó Kft.



**A magyarok
döntöttek:**

**97% NEM
A SZANKCIÓKRA**



Készült Magyarország Kormánya megbízásából.

A 2025-ös győri kajak maraton világbajnokságig biztosan folytatja a versenyzést a Graboplast Győri VSE kiválósága, Czéllai-Vörös Zsófia. A mindig mosolygós kajakosra rátalált a szerelem, egy éve költötték össze életüket klubbársával, Boros Adriánnal.

CZÉLLAI-VÖRÖS ZSÓFIA

2025-IG BIZTOSAN FOLYTATJA

Szerző: Szigeti Sándor
Fotó: Családi archívum

Mindig kajakos akartál lenni?

Anyu és apu is kajakozott egyetemista korában, hétéves voltam, amikor először szálltam hajóba. Amikor Győrbe költöztünk, hamar a vízi telepen találtam magam, és megtetszett ez a közeg. Kislánként állatorvos szerettem volna lenni, de nem bírom a vér látványát, így maradt a sport.

És miért éppen a maraton szakág?

2013-ban még sprint számban indultam a kanadai világbajnokságon, de aztán beiratkoztam a győri Széchenyi István Egyetem kereskedelem és marketing szakára. Kinyílt előttem a civil élet, amit egyszerűbb volt összehangolni a maratonnal.

Hogy sikerült a tavalyi évéd?



Szerző: Pécskai István
Fotó: eto.hu

„Gólt szerezni mindig nagy öröm, boldog vagyok, hogy jól sikerült a bemutatkozásom az ETO-ban. A klubnál nagyon kedvesen fogadtak, remekül érzem magam. Tényleg olyan, mintha már hónapok óta itt lennék. Családias a légkör, mindenki segítőkész. Rögtön szembevetű volt, milyen erős csapategység jellemzi a gárdát a pályán és azon kívül is. Úgy vélem, ez lehet az együttes sikeres szereplésének az egyik oka” – utalt Kocsán Petra arra, hogy az ETO az elmúlt idényben bajnoki döntőt játszhatott, s megnyerte a Magyar Kupát.

Párosban Csay Renivel mindent elértünk, amit lehetett. Mondom ezt úgy, hogy a világbajnokságon és az Európa-bajnokságon is „csak” másodikká lettünk, de szerintem a maximumot nyújtottuk, mindent kihoztunk magunkból. Az egyes viszont hatalmas csalódás volt. A világbajnokság nem úgy jött össze, ahogy terveztem, a világitékokról pedig lecsúsztam. Azért egy szépen csillogó bronzérmem az Eb-n szereztem, az volt a szépségtapasz.

És a magánéletben?

Ott nagyon jól alakultak a dolgok. Tavaly májusban összeházasodtunk a párommal, Boros Adriánnal, aki szintén Győrben kajakozik. Három éve alkotunk egy párt, és úgy döntöttünk, összekötjük az életünket. Vettünk egy házat a Tolna megyei Németkéren. Hétközben Győrben készülünk, hétfőigén Tolnában élvezzük a vidéki életet.



Mit tervezel idénre, illetve hosszabb távon?

2025-ben Győrben rendezik a kajak maraton világbajnokságot, addig egészen biztosan folytatom. Utána jöhet a baba, Adriánnal szeretnék családot alapítani. Idén az országos bajnoki címet mindenképpen szeretném megvédeni, és cél az is, hogy javítsak a világversenyeken tavaly elért helyezéseimen.

Kocsán Petra januárban igazolt az ETO FC Győr NB I.-es női labdarúgócsapatához a német Hoffenheimtől. A 24 éves támadó, aki eddig 41-szer szerepelt a magyar válogatottban, azonnal jelezte a pályán, hogy komoly erősítés lehet a zöld-fehérek számára. A Fehérvár elleni felkészülési találkozón (5-0), amelyen debütált az ETO-ban, triplázni tudott, majd a cseh Slovackóval szemben (1-1) is betalált.

GÓLVÁGÓ SEGÍTHETI BAJNOKI CÍMHEZ AZ ETO-T

A csatár hozzátette, a gárda a mostani idényben is komoly célokért küzd.

„Mindenki azt szeretné, hogy az előző szezon sikereit felülmúljuk. Az előrelépést pedig a bajnoki cím jelentené. Sok góllal és jó játékkal szeretném segíteni a klubot a céljai elérésében. A pályán nagyon rövid idő alatt sikerült összecsiszolódni a többiekkel, nem kellett sok idő, hogy megtaláljam az összhangot a társakkal. Szép és látványos focit játszik az ETO. A csapat stílusába úgy érzem, beleillik a játékom” – magyarázta Kocsán Petra.

A Németországban eltöltött időszaka alatt főként mentálisan erősödött meg, emellett

sokat fejlődött a személyisége. Feltett szándéka, hogy visszaverekedje magát a nemzeti csapat keretébe.

„Az elmúlt összetartásokon nem kaptam lehetőséget, de bízom benne, hogy a következő alkalommal már kapok meghívót. A válogatott szakmai stábjával kapcsolatban vagyok, a kapitány figyelemmel kíséri a győri szereplésemet. Szeretnék jól teljesíteni az ETO-ban, s kiérdemelni, hogy ismét magamra húzhassam a nemzeti csapat mezét. Jelenleg negyvenegy válogatottsággal rendelkezem, rövid távon szeretném elérni az ötvenet” – fogalmazott Kocsán Petra.

Február 6-án megnyílt, s azóta várja az úszni vágyókat az Aqua Sportközpont tanmedencéje. A 10 méter széles, 16 m hosszú, 90 centiméter mély, 33 fokos vízzel rendelkező medence környezetét korszerűsítették, kicserélték fölötte a LED-izzókat. Hétfőtől tehát kifogástalan körülmények között sportolhatnak a létesítménybe érkezők, akik az öltözőket is használhatják.

MEGNYÍLT A TANMEDENCE

AZ AQUA SPORTKÖZPONTBAN

Szerző: Pécskai István ▶
Fotó: MekliZ Fotóstúdió



A tanmedence a hét 51 órájában foglalt, de akadnak még szabad időpontok, így továbbra is van lehetőség a bérlésére. Jelenleg 11 különböző bérlővel van megállapodása az üzemeltetőnek: ezek között kettő babaúszás-oktató csoport van, két társaság pedig egészségfejlesztő foglalkozást tart a különleges bánásmódot igénylő gyermekek számára. A gyógyúszás mellett a kezdők és az utánpótlás-versenyzők sportfoglalkozása is folytatódik, s a Széchenyi István Egyetem szintén használja a tanmedencét.

„A sportolni vágyók nagyon örülnek neki, hogy újra tudnak úszni. Mindent megteszünk annak érdekében, hogy a létesítménybe érkezők a lehető legjobb körülmények között sportolhassanak. A jelenlegi próbaüzem során igyekszünk felmérni, mire van még szükség, s az igények alapján hajtunk majd végre fejlesztéseket” – nyilatkozta Nagy Gergely László, a Győr Projekt Kft. ügyvezetője.

A TANMEDENCE
HÉTFŐTŐL PÉNTEKIG
5.30–21 ÓRÁIG,
SZOMBATON ÉS VASÁRNAP
6–19.30 ÓRÁIG
VEHETŐ IGÉNYBE

A szakember hozzátette, első körben kis létszámú csoportok vették birtokba a tanmedencét.

„Az úszásoktatók huszonöt-harminc fővel kalkulálhatnak foglalkozásonként, ez ugyanis a medence kapacitásának a maximuma. Babaúszás esetén ez a szám húsz – fogalmazott Nagy Gergely László, aki arról is beszélt, a statisztikák szerint hányan váltanak jegyet az uszodába. – Lakossági szinten egy hónap alatt átlagosan 1800 ember érkezik belépővel vagy bérlettel az uszodába. A teljes komplexum nyitvatartása ese-

kevesen veszik igénybe a létesítményt. A délelőtti időszakokban egyébként elsősorban az iskolások és a babaúszók használják a tanmedencét, és az egyetemisták is ezt a periódust preferálják. Nagy Gergely László elmondta, igyekeznek az Aqua Sportközpont teljes egészét megfelelően karbantartani.

„A menedzsment folyamatosan dolgozik azon, hogy kinyithassuk a teljes komplexumot.



tén egyébként ennél jóval többen férnének el a létesítményben.”

A Győr Projekt Kft. ügyvezetője hozzátette, a célközönség számára a délután háromtól este hétig tartó időszak a legkedveltebb, a tapasztalatok alapján a legtöbben ezekben az órákban szeretnek úszni. Vannak időszakok, amelyek egyáltalán nem népszerűek, a kora reggeli órákban, fél kilenc előtt nagyon

Ehhez azonban szükség van az 50 méteres medence LED-es korszerűsítésére. Bízunk benne, hogy más városokhoz hasonlóan mi is kapunk anyagi támogatást ehhez, s a létesítmény üzemeltetéséhez. A megnövekedett rezsik miatt a számlákon szereplő összegek a sokszorosára nőttek. Nehéz helyzetben vagyunk, nekünk is szükségünk van a támogatásra” – jelentette ki Nagy Gergely László.



Félévente
új autó?

VW Golf 1.5 TSI már havi nettó
199.990 Ft-ért cégek részére
A tájékoztatás nem teljes körű.

CARMEN RENT
További részletek:
carmenrent.hu



32 ÉV UTÁN ÓRIÁSI SHOW-VAL TÉR VISSZA AZ ORSZÁGOS BAJNOKSÁG ÚJRA GYŐRBE JÖNNEK A LEGJOBB RALIPILÓTÁK



Szerző: Nagy Roland ▶

Egyedülálló motorsport-élménnyel indul az őszi Győrben. A Magyar Nemzeti Autósport Szövetség egyik legrangosabb versenyszorozatának, az országos ralibajnokságnak az egyik állomása lesz a város. Az I. Győr Rally-t, ahol a sportág legjobb hazai pilótái indulnak, szeptember 8-a és 10-e között rendezik. A verseny a tervek szerint a szezon utolsó előtti fordulója lesz, egy hónappal a Rally Hungary Európa-bajnoki forduló előtt.

A hivatalos program már szeptember 8-án, pénteken este kezdődik Győr belvárosában a rajtceremoniával, szombaton és vasárnap a versenyzőpárosok különböző gyorsasági szakaszokat teljesítenek, többek között a város útjain is. Az esemény vasárnap a célceremoniával és a díjátadó ünnepséggel zárul. Korábban Zalaegerszegen és Nyíregyházán nagy sikerrel megrendezett hasonló versenyek pozitív tapasztalatai alapján Győrben is több tízezer szurkoló részvételére számítanak a szervezők.

„Harminckét évet kellett várnunk arra, hogy ismét országos bajnoki futamot rendezzünk, ilyenre utoljára 1991-ben volt példa. Később néhány alkalommal a bajnoki sorozatba tartozó Budapest Rally-k egyes szakaszainak Győr környéke adott otthont, mindig más-más pályákkal, és központként a Rába Ringgel, de önálló házigazdaként most tér vissza Győr” – mondta az idén negyven-

éves Arrabona Rally Club elnöke, Bognár Gábor, aki hozzátette, abban, hogy a városba érkezhessen egy ilyen kiemelt esemény, nagy szerepet játszott, hogy a sportági szövetség új elnökségébe győri kötődésű tagok is bekerültek.

„A raliversenyek körítése az utóbbi időben nagyon sokat változott, az ősidőkben szakmailag kellett elsősorban odatenni magukat a szervezőknek, a show rész nem volt igazán fajsúlyos. Mostanra ez olyannyira megváltozott, hogy kellett egy profi rendezvényszervező csapat is mellénk, akik az elejétől a végéig a teljes programot összerakják, lebonyolítják. Ez egy háromnapos raliünnep lesz Győrben” – tette hozzá a szervező Arrabona Rally Club elnöke.

Nem csak az elit kategóriát láthatja a közönség, hiszen a Rally2 és a Rally3 mezőnye is rajthoz áll, így több mint száz versenyautó küzd a helyezésekért a különböző kategóriákban. Az autósport élményt pedig a régi versenyautók teszik majd teljessé. A rali az egyik legnépszerűbb technikai sport Magyarországon, a tavaly és tavalyelőtt is megrendezett zalaegerszegi ZEG Rally tapasztalataiból kiindulva a városi szakaszokon is több ezer néző szurkol majd a versenyzőknek Győrben is.

A sportesemény Győr Megyei Jogú Város polgármestere, dr. Dézsi Csaba András, a Széchenyi István Egyetem és a HUMDA Magyar Mobilitás-fejlesztési Ügynökség Zrt. támogatásával, és a TRP Hungary együttműködésével valósul meg.

Príma

Kiemelt ajánlat: február 10–16.

Kocsonyának való húsrészek teljes választékban, folyamatosan kaphatók!

Csirkemellfilé

1499 Ft/kg



Csirkemáj
Csirkeszárny

849 Ft/kg
749 Ft/kg

Marhalábszár



3699 Ft/kg

Sertéslapocka

1549 Ft/kg



Piros alma,
Idared

319 Ft/kg

Rio Mare tonhal
olívaolajban

160 g, 9993,75 Ft/kg

1599 Ft/db



HB Lager
dobozos sör

4%-os,
0,5 l, 538 Ft/l

269 Ft/db

CBA és Príma üzleteinkbe felvesszünk **eladó, pénztáros, áru-feltöltő** munkakörbe kollégákat. **Hentes-eladó** bruttó 500.000 Ft elérhető munkabér 8 órás munkakörben! Pályakezdek, nyugdíjasok jelentkezését is várjuk rész munkaidősként. 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.

SPEEDFIT × **GYŐR
SOPRON**

mire **VÁRSZ MÉG?**

Hozd ki magadból
a LEGJOBBAT!



3 HAVI BÉRLET
~~38.970 Ft helyett~~

35.000 Ft

TOVÁBBI INFORMÁCIÓK

SPEED-FIT.HU/3HAVIBERLET

*+2.990 Ft-os egyszeri regisztrációs díj, amennyiben regisztrációval még nem rendelkezel!

Vásárolj meg ONLINE és a regisztrációs díj 0 Ft.

speed-fit.hu

kérdésed van?

dunacenter
BEVÁSÁRLÓPARK



ALPHA PARK
SOPRON

✉ INFO@SPEED-FIT.HU

f [FACEBOOK.COM/SPEEDFITHU](https://www.facebook.com/speedfit.hu)