

GYŐR PLUSZ

XV/39 + 2025/10/03

A VÁROS LAPJA

Bánky Sára



Kulcsár Nárcisz



Fodor Csenge



Mihályi Orsolya

EGYÜTT
RÓZSASZÍN ÖSSZEFOGÁS
AZ ÉLETERÉRT

A mellrák elleni
küzdelemről szóló cikkünk
a 11. oldalon olvasható.

Dr. Börzsönyi Ágnes



MÁR 30 ÉVE
AZ ÖNÖK
SZOLGÁLATÁBAN



HIKVISION®

vezeték nélküli OKOS
riasztórendszer

0Ft

Részletek
és bővebb
információ:

Győr, Kertács u. 17. • +36 96 517 939 • megoldassecurity.hu

Szerző:
J. Kovács Andrea
Fotó:
O. Jakócs Péter

Minden ősszel emlékezetes élmény az Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézmény Ki mit tud? rendezvénye. A nyugdíjas-klubok tagjai idén is fergeteges műsorral szórakoztatták egymást a Bridge csónakházban. „Számunkra fontos, hogy a napi ellátás mellett ilyen lehetőségeket is teremtsünk, hogy önök jól



IDŐSEK TEHETSÉGSHOW-JA

érezzék magukat és kicsit elfeledjék a mindennapi nehézségeket” – hangsúlyozta köszöntőjében Kányai Róbert, az EESZI intézményvezetője.

Némethy Veronika, a nappali ellátások vezetője úgy fogalmazott: „Ez a vetélkedő az év egyik legfontosabb eseménye a nyugdíjasklubjaink számára. Tizenkilenc produkciót láthatunk hatvanhárom idős em-

ber előadásában. Ez jó alkalom, hogy megmutassák magukat és sikerélményt szerezzenek.” Az egyéni és csoportos előadások között volt vers, mese, ének és tánc. A Répce utcai klub tagjai Hamupipő-ke történetét dolgozták fel sok-sok zenével, a Bolyai utcai nyugdíjasok az ismert népmesét, a Kőlevest mutatták be, a Kálóczy tériek csapata pedig táncbemutatóval készült.



Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata
tisztelttel meghívja Önt

2025. október 6-án 10 órára,

**az 1848–1849-es
forradalom és szabadságharc
vértanúira emlékező
koszorúzási ünnepségre.**

Helyszín: a Batthyány téren felállított
Batthyány-emlékoszlop.

Megemlékezést tart:

Pintér Bence,

Győr Megyei Jogú Város polgármestere
és

Borsi Róbert,

Győr Megyei Jogú Város kulturális
tanácsnoka.

Az ünnepi műsorban közreműködik:
Szina Kinga és Jáger András,
a Győri Nemzeti Színház színművészei.

Az esemény nyilvános, ahol kép- és hangfelvétel készülhet.
Az ehhez tartozó adatvédelmi tájékoztatót a www.gyor.hu oldalon
olvashatják. Felelős kiadó: Pintér Bence polgármester



NYUGDÍJASBÖRZE TELT HÁZZAL

Nyugdíjasbörzére hívták az érdeklődőket az idők világnapján Győrben. Szűknek bizonyult a Nyugdíjas Klubok Háza szerdán délelőtt, ahol tizennégy intézmény és szervezet mutatta be szolgáltatásait a népes látogatóközönségnek.

A nyugdíjasbörzén bemutatta alapellátásait és demencia-tanácsadást tartott az Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézmény, bűnmegelőzési tanácsokat adott a rendőrség. Többek között bemutatkozott a könyvtár, melynek egyik új kényelmi szolgáltatása

65 éven felülieknek vagy mozgásukban korlátozottaknak a könyvfutár. A látogatók megismerkedhettek az Arrabona, valamint a Pannon Nyugdíjas Egyesületek tevékenységével, az Áldozatsegítő Központtal, a Magyar Máltai Szeretetszolgálat, a Generációk Háza és a Rómer-múzeum gazdag kínálatával.

A rendezvényt műsorszámokkal színesítették az Andante szenior táncosok, az Obsitos Dalárda, Hani Erzsébet, Magyar Balázs, Kormos János, Sej Edit, Marcsa György és Lukács Erzsébet.

ÚJABB FÉLNAPOS ÜLÉST TARTOTTAK A KÉPVISELŐK

KIÁLLÁS AZ AUDI MELLETT, EGYETÉRTÉS LAKÁSÜGYBEN, VITA AZ ADÓRENDSZER KAPCSÁN

A szeptember 25-i közgyűlést Pintér Bence polgármester végül elnapolta, akkor arra hivatkozva: a Fidesz olyannal akar vitatkozni, aki nincs a teremben, de az új időpontra oda fogja hívni a vitapartnerét. A módosított napirendi pontokkal együtt 43 pontot tárgyaltak a képviselők. Pintér Bence többször is kérdést kapott adóemelés kapcsán, de a válasz minden alkalommal elmaradt a polgármester részéről.

Szerző: Mireider Máté

Megerősítették Győr és az Audi Hungaria stratégiai partnerségét

Borsi Róbert (Fidesz–KDNP) még az eredeti időpontban kiírt közgyűlésen tett egy szóbeli előterjesztést arról, hogy Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata tegyen nyilatkozatot az Audi felé: továbbra is kiemelt partnerként kezelik az óriásvállalatot. A lépésre azért volt szükség, mert Pintér Bence még májusban nyilvánosságra hozta az Audi, Győr és Magyarország kormánya között kötött szerződést. A szerződésben ki van kötve: a felek egyeztetnek, mielőtt nyilvánosságra hozzák azt, és ez az egyeztetés a Fidesz–KDNP elmondása alapján nem történt meg, így pedig súlyosan sérültek az Audi érdekei és a befektetői bizalom.

Borsi Róbert úgy fogalmazott: Győr vezetőinek a feladata az lenne, hogy a bizalmat erősítsék, őrizzék a városban, a felelőtlen lépések viszont veszélyeztetik Győr stabilitását. A Fidesz–KDNP képviselője szerint ráadásul a közgyűlés előzetes jóváhagyására is szükség lett volna a nyilvánosságra hozatal előtt.

„Győr motorja az Audi és a helyi gazdaság. Az Audi nemcsak Győr legnagyobb munkaadója, hanem a város mindennapjainak része. A gazdaságon kívül az oktatás, a sport és a kultúra területén is legerősebb szövetségeseink. Győr polgármestere ezt a szövetséget kezdte megbontani legutóbbi akciójával. A Fidesz a győriek érdekében kiállt az Audi és a város közti szövetség mellett” – mondta dr. Fekete Dávid, a Fidesz–KDNP frakcióvezetője a téma kapcsán.



Fotó: Ács Tamás

A város kiáll a jelenlegi adórendszer mellett

Hasonlóan az audis előterjesztéséhez, Boncsaróvszky Péter (Fidesz–KDNP) is még az elnapolt közgyűlésen nyújtott be szóbeli előterjesztést, miszerint a város deklarálja: nemet mond a Tisza Párt adóterveire, és kiáll a jelenlegi adórendszer mellett, amely támogatja többek között a 25 év alattiak és a többgyermekes édesanyák SZJA-mentességét is. Ez a két előterjesztés volt egyébként az, amelyeket Pintér Bence polgármester (LMP–Zöldek–Momentum–TSZV) propagandának minősített, és közvetetten, de emiatt elnapolta az egész ülést. Dr. Fekete Dávid azt kérte: mondja ki a városvezetés, hogy nem támogatja az adóemeléseket. Pintér Bence erre azonban nem válaszolt, inkább azt fejtette ki, hogy a szolidaritási adó mennyibe kerül Győrnek. Borsi Róbert azt kérte: mondják el a TSZV-frakció tagjai a véleményüket, Pintér Bence erre annyit reagált, hogy húsz darab adóemelést tud mondani a Fidesz-kormánytól. Boncsaróvszky Péter kifejezetten kérte a polgármestert, válaszoljon: támogatja-e az szja emelését vagy sem? A polgármester annyit mondott: nem vitatkozik a képviselővel.

„Felszólítottuk a város vezetőit, hogy a Tisza Párt adóemelési ter-

veit ne támogassák, hisz az súlyos terheket róna a győri családokra, a győri vállalkozásokra. Határozottan követeltük, hogy határolódjanak el mind a tervektől, mind pedig az azokat elkészítő Tisza Párttól. Mindaddig folytatjuk, amíg a győriek nem kapnak világos állásfoglalást a városvezetéstől: itt nincs helye adóemelésnek” – értékelte dr. Fekete Dávid a téma kapcsán kialakult vitát.

A TSZV-frakció tagjai sem az Audi, sem az adórendszer kapcsán nem nyomtak választ, így nem tudni az álláspontjukat.

Előrelépés jöhet a zártkerti ingatlanok ügyében

Egy országos rendelet lehetővé teszi, hogy december végéig a zártkerti ingatlanokat tulajdonosaik kivonják a művelési ág alól, illetékmentesen és bürokratikus terhek nélkül – amennyiben a helyi önkormányzat ezt lehetővé teszi. Hajtó Péter (független) hónapok óta szervez lakossági fórumokat a témában, igyekszik tájékoztatni a lakosságot a lehetőségekről addig, amíg az önkormányzat nem alakítja ki a jogi kereteket ehhez. Pintér Bence az előterjesztésre úgy reagált: majd a határidő közeledtével jelentkeznek javaslattal. A többség végül elfogadta az előterjesztést.

»»»»



Fotó: O. Jakócs Péter

Szokatlanul gyors megoldás az Erzsébet ligetben

Megújul az Erzsébet ligeti KRESZ-park – ez már jó ideje kész tény, de a közgyűlésen most külön figyelmet kapott az ügy. A felújítás ugyanis az által a vállalkozó által történik meg, aki korábban szabálytalanul építkezett ott. Azért, hogy utólag szabályos legyen az épület, módosították a vonatkozó rendeletet, cserébe a felújításért. Hajtó Péter kiemelte: semmi baj nincs azzal, ha megújul a KRESZ-park. Ha innentől kezdve bármelyik vállalkozó bejön, és a polgármester ingerküszöbét elérő pénzüsszeget fizet be a közöbe, akkor a városvezetés elintézi annak a vállalkozónak az ügyét? – tette fel Hajtó a kérdést, kihangsúlyozva: nem arra céloz, hogy saját zsebbe tenné a pénzt a város vezetése, hanem arra, hogy ezzel az üggyel precedenst teremtsenek. Pintér Bence szerint az eredmények látszanak, volt egy zárt ajtók mögötti egyeztetés, de az csak munkamegbeszélés volt. Dr. Fekete

Dávid úgy fogalmazott: ha az alpolgármestert az a vád éri, hogy ez az ügy szokatlanul gyorsan ment végbe, akkor az összes többi ügyet is ilyen szokatlan gyorsasággal kellene megoldani, hiszen több tucat hasonló jellegű kérdés van a hivatal asztalán.

Egyetértés lakásügyben: enyhülhetnek a város lakhatási gondjai

Döntöttek a képviselők az önkormányzati tulajdonú lakások eladásával kapcsolatban is. Pintér Bence szerint az országos lakáspolitikai keresletet generál, de kínálatot nem, ezzel viszont Győr városa tudja bővíteni a kínálatot. Dr. Fekete Dávid megköszönte a polgármester nyitottságát az előterjesztés kapcsán. Magyarország kormánya megteremtette azt a lehetőséget, hogy kedvezményes hitellel jusson lakáshoz az, aki eddig nem rendelkezett saját ingatlanal – hívta fel a figyelmet dr. Fekete Dávid. „Egy újabb célcsoport számára tudunk most lehetőséget teremteni, hiszen az önkormányzati bérlakásokban jellemzően olyanok laknak, akiknek

nincs saját ingatlana. Az Otthon Start program hitellehetőségét eddig ők nem tudták igénybe venni, ezután már igen” – jelezte dr. Fekete Dávid. Az Otthon Start Program 3 százalékos hitelét az elfogadott előterjesztés szerint ugyanis már az önkormányzati lakásoknál is igénybe vehetik a bérlők, akik szeretnék megvenni a lakást a várostól.

Nehezen indult a sporttámogatások ügye, végül konszenzus született

Több száz millió forintnyi sporttámogatásról is szavaztak a képviselők. Némiképp vita ugyan kialakult a két frakció között arról, hogy a Rába ETO SE, amely több száz fiatal foglalkoztat, kaphat-e támogatást, végül Boncsaróvszky Péter javaslatára szünetet rendeltek el, ott pedig konszenzus született: átcsoportosítanak 49,5 millió forintot az egyesület számára. Forrást kapott több klub is, az Audi ETO KC pedig külön támogatást is kapott. Kósa Roland (TSZV) alpolgármester szerint a sporttámogatások ügyében is ellenük zajlik hecc-kampány, Borkai Zsolt (függet-

len) jelezte: méltatlan a sportolókhoz, hogy politikai vitát folytassanak a támogatás helyett.

Megújulhat a Virágpiac, hosszú vita a zárt ülésen

Egyéb ügyekben is döntések születtek: Ménfőcsanakon változtatási tilalom léphet életbe, de először megvizsgálják a helyi viszonyokat, ugyanis az ott élők egy társasház épülése miatt keresték meg a kerület képviselőjét, dr. Laczkovits-Takács Tímeát. A város pályázni fog a Virágpiac felújítására, ehhez – szintén – felül kell vizsgálni a szabályozási tervet, utána indulhat Győr a TOP Plusz pályázaton, ahonnan forrás érkezik a belvárosi térre. A közgyűlés végén zárt ülésen döntöttek egy, a Városrendészet Győr intézményvezetői posztjára érkezett pályázatról, a képviselő-testület végül nem támogatta a pályázót. Az üléstermen kívülről úgy lehetett hallani, Gyöngyösről érkezett volna a jelölt, több képviselő pedig jelezte a polgármesternek: amíg se nevet nem tudnak, és személyesen nem ismerik a jelöltet, nem tudnak felelős döntést hozni.



Fotó: Marcali Gábor

A Lamareda étteremnek négy tányérja van. Mármost Michelin-tányérja. A Michelin közzétette tavalyi magyarországi kalauzát, melyben a Lamareda immár harmadik egymást követő esztendőben az ajánlott éttermek között szerepel. Tulajdonosa, Szabó László Győr igényes és közismert lokálpatriótája.

Szerző: Hajba Ferenc
Fotó: Marcali Gábor



GYŐRI LOKÁLPATRIÓTÁK

„KÖTELESEK VAGYUNK VISSZAADNI VALAMIT A VÁROSUNKNAK”

Újságírónak készült, de végül jobb pályára fordította az élet. Dolgozott a Vörös Csillag étteremben, a mai Rábában, ott ismerte meg feleségét, akivel 1980 óta minden üzletüket, vendéglátóipari vállalkozásukat közösen valósítják meg és működtetik. Hegyeshalomban korábban a Határ éttermet üzemeltették, ott jó kapcsolatba kerültek a Condor utazási irodával, mely sok vendéget hozott nekik Dél-Amerikából. Közülük persze nem mindenkit lehetett Győrbe csábítani, de így is van minden héten egy-két busznyai vendég az iroda szervezésében. A Michelin ajánlása, minőséget jelölő tányérjai amúgy is remek szervezőerők, a Magyarországra érkező amerikaiak, japán turisták ennek a védjegynek az ajánlásai alapján nyitnak be az étterembe.

Szabó László szerint a győriek is szívesen keresik fel a Lamaredát. Ha hetente nem is engedheti meg mindenki magának, de egy évben négyszer-ötször a családok többsége megkóstolja a vendéglő ízeit, osztja meg tapasztalatait a tulajdonos. A titkuk tulajdonképpen úgy fogalmazható meg: minden étel és

alapanyag legyen azonos önmagával. A borjúhúst Bécsből hozzadják, a felsál is onnan származik, kilója 8500 forintos áron. Az olasz zsemlemorzsát is az osztrákoknál vásárolják. A zöldséget feldolgozatlanul veszik, a konyhalányok tisztítják, aprítják főzőkészé. Nem tisztán olajban főznek, hanem meghatározott arányban vajban is. A jobb vendéglőkben a séfek az összetevők arányát még egymás elől is titkolni szokták.

Szabó László egy reklámlapot mutat, mely egy konkrét ételt ajánl.

„Aki ezt főzte, az két éven át nálunk dolgozott. Most egy másik városban nyitott vendéglőt, és egy az egyben az általunk kitálatl étellel reklámozza az éttermét. Az ételeknek nincs szerzői jogvédelme, de nem bosszankodom, inkább büszke vagyok rá, hogy van mit elvinni tőlünk.”

Az éttermek egy része szerint nem meri emelni a színvonalat,

mert akkor az árat is emelni kell, és attól tartanak, az emberek azt már nem tudják megfizetni. „Ez a félelem jogos, de én az igényesség mellett döntöttem, és vannak vendégeim. Nem voltam biztos magamban, amikor a palackonként 195 ezer forintos pezsgőt beszereztem, de arra is van igény. Ha azt kérik, akkor a pezsgősvödör aljára több jeget teszünk, hogy jobban kiemelje a márka címkéjét, ezáltal reklámozza önmagát.”

Szabó László úgy véli, hogy szélesíteni kellene Győrben a vendéglátóhelyek kínálatát. Lisszabont hozza fel példának. Ott már túljutottak a csupán hamburgeres korszakon, a nagyobb, klaszszikus vendéglők, üzletházak alsó szintjein „pop-boltokat” nyitottak. Kis adagban minőségi ételeket adnak. Egy vendég néha akár négy-öt különbözőt is megkóstol és mintegy négyezer forintért jól lakik ízletes, minőségi ételekkel. „Ismerősöm egy Győr közeli faluban már elkezdte ezt a vendéglá-

tást, sőt mozgó ételautót is működtet” – teszi hozzá.

A tulajdonosnak két gyereke van – meg egy unokám is, teszi teljessé a családi képet –, a vezetői feladatokat már jobbára átvette tőle a lánya, s a fia is itt dolgozik. Most a libanapokra készülnek, megvettek már 70 kilogramm libamájat és 200 kiló libacombot.

Győr jelenére, jövőjére tereljük a szót. A Mindent a Városért Lokálpatrióta Egyesület tagjaként azt mondja: „Valamennyien itt élünk, dolgozunk, szórakozunk, gyógyulunk, kötelességünk valamit visszaadni, legalább ötleteket, gondolatokat. Amikor először összegyűltünk, azt láttam, hogy a tagok kilencven százaléka volt már a vendégem, ismerem őket. Ez az egyesület olyan hely, ahol ha valamit kimond az ember, esetleg kritizál, nem tekintik ellenségnek, hanem közösen átgondoljuk a véleményeket. És van egy nagy előnye: nem akarjuk meggyőzni egymást a saját politikai nézeteinkről!”

JÁR ÖNNEK! JÁR ÖNNEK?

JELEZZE, HA NEM KAPTA MEG! ✉ terjesztes@gyorplusz.hu ☎ +36 (96) 511 620

Az Otthon Start Program hatása Győrben is érezhető: az elmúlt hónapban látványosan megnőtt a lakás-, házvásárlók és érdeklődők száma. Már augusztusban élénkülést tapasztaltak, szeptemberre pedig még több lett a kereső ügyfél – számoltak be a tapasztalatokról ingatlanértékesítő, ingatlanfejlesztő szakértőink. A piacra inkább a megnövekedett kereslet jellemző városunkban és az agglomerációban e periódusban, a jó ingatlan kevesebb.



GYŐRBN IS BEROBBANT AZ OTTHON START



Szerző: Győr+
Fotó: Marcali Gábor

Átlagosan 10-15 százalékkal emelkedtek a lakásárak

„A megnövekedett kereslet az árakra is hatással van: az elmúlt időszakban átlagosan 10-15 százalékos áremelkedést tapasztaltunk Győrben. A legnagyobb kereslet továbbra is a társasházi lakások iránt mutatkozik, különösen a panellakások iránt, amelyek jelenleg Győrben szinte a virágkorukat élik” – fogalmazott Módi Éva, a Verseny utcai Openhouse iroda vezetője.

Egyre többen keresnek ingatlant az agglomerációban is: itt elsősorban az 50-60 millió forintos családi házak a legkelendőbbek. A vevők számára fontos szempont a jó infrastruktúra és a település elérhetősége, ugyanakkor a felújítás sem jelent akadályt egy jó helyen lévő ingatlan esetében. Módi Éva szerint a kereslet élénkülése gyorsabb döntéseket is hozott. A vevők határozottabban lépnek, hamarabb foglalóznak, így az alkupozíció az eladók oldalára tolodott.

Hasonló tapasztalatokról számolt be Molnár Kristóf, az

Openhouse Franchise egyik alapító tulajdonosa, a másik helyi iroda vezetője, aki ingatlanfejlesztéssel is foglalkozik Győrben. Óriási az érdeklődés náluk is az Otthon Start hitelre, amely véleménye szerint egy kiváló konstrukció, jóval kedvezőbb ugyanis az egyéb piaci hiteleknel, az állami garanciavállalás a fix 3 százalékra pedig biztonságot jelent.

„Töretlen a lendület, van olyan hitelszakértő kolléganőm, aki már több százmillió forintos beadáson van túl. Beruházóként mi építjük a Viza 7 Lakóparkot

Győrben, így ingatlanfejlesztőként egy kicsit a másik oldalról is beszámolván kijelenthetem: az új építésű lakások iránti keresletet is jelentős mértékben felpörgette az Otthon Start” – fogalmazott lapunknak Molnár Kristóf, hozzátéve: „Nádorvárosban is van társasházi lakásunk, ahol a négy, lakásunk iránt érdeklődőből mind a négyen a fix 3 százalékos hitelre számítanak.”

A piacra inkább a kereslet jellemző most az ingatlanfejlesztő szerint. A vevők inkább a jó paraméterű, felújított lakásokat keresik irodájuknál. Van a piacon ilyen, de azért kell ezek után kutakodni. A jó adottságú lakásokat azonban gyorsan el is viszik.

Az iroda szakértői azt ajánlják az otthon keresőknek, hogy érdekes még a keresés előtt leülni és hitelközvetítővel, tanácsadóval beszélni, akik felmérve az ügyfél lehetőségeit, paramétereit, az Otthon Start mellett minden olyan egyéb otthonátmozgatási formát számba tudnak venni (babaváró, csok, falusi csok, munkáshitel stb.), amire az ügyfél jogosult lehet. Az Otthon Start 50 millió forintos plafonösszege ugyanis így jócskán megnövelhető.



Révfaluban, Győr egyik legjobb városrészében

ÉPÜL A VIZA7 LAKÓPARK

modern, energiatakarékos otthonokkal, liftes épületekkel és mélygarázzsal. **IGÉNYES KIVITELEZÉS**, belváros közeli, mégis **NYUGODT KÖRNYEZETBEN**.

Bővebb információ: **+36 70 372 0113**



STÍLUS. MINŐSÉG. JÖVŐ.

Az új építésű lakások iránti kereslet is jelentősen megnőtt



Egyre nehezebb az önerőt előteremteni

Az elmúlt hónapokban jelentősen megnőtt az érdeklődés a fix 3 százalékos kamatozású Otthon Start lakáshitel iránt – számoltak be tapasztalataikról Tóth Adrienn és Zalka-Pomsár Natália győri hitelszakértők.

A fiatalok számára az egyik legnagyobb kihívás továbbra is a 10 százalékos önerő előteremtése. Győrben egy átlagos panellakás ára már 50-60 millió forint között mozog, miközben az Otthon Start konstrukcióban igényelhető maximális hitelösszeg 50 millió forint. Ez sok esetben nem elegendő a teljes

Az önerő előteremtésére ugyan több lehetőség is létezik – például családi támogatás, pótfedezet bevonása vagy megtakarítások –, de ezek minden esetben egyedi pénzügyi tervezést igényelnek.

További nehézséget jelent az augusztus végi jogszabályváltozás, amely kizárta az élettársakat a jogosultak köréből. Így közös tulajdonú ingatlan megszerzésére csak házastársaknak van lehetőségük, ami jelentősen szűkíti az Otthon Start hitelre jogosultak számát.

Bár az ügyfelek jellemzően nem váltanak bankot a hitel igénylése miatt, a pénzintézetek között jelentős különbségek mutatkoznak. Egyes bankok egyedi kedvezményeket és alacsonyabb kamatszintet kínálnak, ami komoly előnyt jelenthet a hitelfelvevők számára. Érdemes tehát alaposan összehasonlítani az ajánlatokat, mielőtt döntést hozunk.

Az ügyfelek jellemzően 40–50 millió forint összegű hitelt igényelnek, és a céljaik között szerepel panellakás, régebbi építésű családi ház vásárlása, illetve új építésű ingatlan építése is. Számos szerződéskötés már megtörtént, és több ügyfél várja a folyósítást.

Az Otthon Start program hatására akár 20 ezerrel több lakásvásárlás történhet idén, ami jelentős élénkülést hozhat az ingatlanpiacon. Ugyanakkor az árak emelkedése – egyes becslések szerint 8-10% – tovább

nehezíti a lakásvásárlást azok számára, akik önerőből próbálnak otthont teremteni.

A használt lakások ára Győrben átlagosan 778 ezer forint/négyzetméter volt szeptemberben, egy 58 négyzetméteres, Tihanyi Árpád úti panelt például 890 ezer forintos négyzetméterárért kínáltak. A legalacsonyabb négyzetméterár 188 ezer, a legmagasabb 1 millió 890 ezer forint volt a múlt hónapban.

Eddig több mint 15 ezren éltek a fix 3 százalékos lakáshitellel

Az elmúlt években összesen 350 ezer család kapott segítséget a saját otthon megteremtéséhez. A fix 3 százalékos hitel pedig újabb családoknak segít. Gördülékenyen és zökkenőmentesen haladnak az Otthon Start, a fix 3 százalékos hitelprogram ügyintézői, a keres-

tással van, hogy nő az ingatlanok adásvétele és új ingatlanok fognak épülni. A legfontosabb azonban az, hogy akik eddig csak bérlők voltak, most saját lakáshoz juthatnak, a törlesztőrészletük pedig a bérleti díjnak megfelelő vagy annál alacsonyabb lesz – hangsúlyozta.

Jankó Gábor is örömmel fogadta az állami segítséget, a fix 3 százalékos hitelt. Az állami szférában dolgozott, szolgálati lakásban éltek, majd átment a magánszférába, azóta a sokadik albérletben laknak. „A család úgy döntött, ha van ez a kedvező lehetőség, akkor veszünk lakást, hogy ne kelljen többet költözni” – mondta a középkorú férfi. A belvárosban vásároltak egy 56 négyzetméteres, 2 szobás, felújított lakást, és mint Gábor hozzátette: az ügyintézés gyorsan és zökkenőmentesen zaj-



Jankó Gábor is élt a fix 3%-os hitel felvételével

Janlataink

Óriási az érdeklődés az eladó lakások iránt



vételár fedezésére, különösen, hogy ebben az árkategóriában is egyre kevesebb ingatlan érhető el a piacon.

A hiányzó összeget az igénylők gyakran próbálják babaváró hitellel vagy falusi csok-kal pótolni, ám ezek sem minden esetben nyújtanak elegendő fedezetet.

let nem csökken – számolt be a múlt heti Kormányinfón Gulyás Gergely Miniszterelnökséget vezető miniszter. Közölte: a harmadik hét tapasztalatai alapján elmondható, hogy összességében több mint 15 ezer fölött van azok száma, akik igényelték a hitelt, ez munkanapként mintegy ezer igénylőt jelent. A tárcavezető hozzátette: nemcsak a vevők, hanem az eladók is megmozdultak: szeptember első három hetében az előző év azonos időszakához képest 20 százalékkal több ingatlant hirdettek meg a tulajdonosok, augusztusról szeptemberre pedig 31 százalékkal nőtt a hirdetések száma. A kormány úgy látja, a gazdaságra is jó ha-

lott. Több mint egymillió forintos négyzetméteráron vették az új otthonukat, melyet a befizetett önerő mellett húsz év alatt fizetnek ki a 3 százalékos hitel segítségével.

Jó hír, hogy a győri közgyűlés keddi döntése értelmében megvásárolhatók lesznek az önkormányzati tulajdonú, határozatlan idejű bérleti szerződéssel bérbé adott lakások. A napokban életbe lépő rendelet több száz lakást érint és jövő év június végéig lesz hatályban. A rendeletmódosítással lehetővé vált, hogy az önkormányzati bérlakásban élők is igénybe vehessék a kormány által meghirdetett Otthon Start Programot.

ROBOT VÉGEZTE EL A MŰTÉTET EMBERI BEAVATKOZÁS NÉLKÜL

Az orvostudományban egyre több területen jelennek meg a mesterséges intelligenciával (MI) támogatott megoldások. Most egy különösen izgalmas kísérlet mutatta meg, hová fejlődhet a sebészet a jövőben: egy robot önállóan, emberi irányítás nélkül hajtott végre műtéti lépéseket. A rendszer nem egyetlen nagy feladatként kezelte a műtétet, hanem 17 kisebb lépésre bontotta: felismerte a fontos anatómiai részeket (például az epevezetékét

és az ereket), felhelyezte a szükséges kapcsolatokat, majd elvégezte a metszést. Eleinte hangutasításokra is szükség volt, de a robot fokozatosan megtanulta önállóan végrehajtani a feladatokat. A kísérletek nem élő betegeken zajlottak, így számos valóságos kihívás kimaradt. Nem kellett például számolni a vérzéssel, a légzés vagy a szívverés miatti mozgással, vagy a füsttel, amely az elektromos kések használatakor keletkezik.



Fotó: Phonlamai Photo/shutterstock.com

Vény Nélkül

Szerkeszti: dr. Dézsiné dr. Szentés Veronika



Ha por vagy váladék irritálja a torkunkat, köhögünk, így tisztítja ki a szervezet a tüdőt és a légcsövet. A nátha vagy az influenza okozta köhögés magától is elmúlik, de ha súlyosabb betegség a köhögés oka, kezelni kell. Többféle olyan módszer is létezik a köhögés csillapítására, amelyekről jobban érezzük magunkat.



Köhögéscsillapítás otthon

Igyunk sok folyadékot, és használjunk párasítót. Polcoljuk fel több párnával a fejünket éjszaka, és együnk egy kis mézet lefekvés előtt. Ha váladékot köhögünk fel, keressünk a patikában köptetőket. Ha nagyon sok váladék ürül, keressük fel az orvost. Akkor is beszéljük meg a gyógyszerelést, ha súlyosabb betegség áll a háttérben: például tüdőtagulás, tüdőgyulladás, idült hörghurut vagy asztma.

Nátha és influenza esetén, vagy por, füst belélegzése esetén gyakori a száraz köhögés, ilyenkor a köhögéscsillapító szerek használnak. Ha kapar a torkunk, szopogassunk cukorkát.

A köhögés és az antibiotikumok

Az antibiotikumok általában nem segítenek, hiszen a legtöbb köhögést vírusfertőzés okozza, mint a nátha vagy az influenza, az antibiotikumok pedig csak bakteriális fertőzés ellen hatásosak. Ha a köhögés egy hét alatt nem múlik el, keressük fel az orvost, hogy nem arcüreggyulladásról vagy

tüdőgyulladásról van-e szó. Ilyenkor lehet, sőt kell is antibiotikumokat szedni.

A dohányosok köhögése

Különösen reggel jelentkezik, de lehet súlyosabb betegség jele is: a légutakat irritáló füsttől kialakulhat krónikus hörghurut, de a köhögés lehet a rák figyelmeztető jele is. Ha szokatlanul tapasztalunk, vagy a köhögés a dohányzás abbahagyása után

egy hónappal is még fennáll, keressük fel az orvost.

Mi okozhat még köhögést?

Ha nyolc hétnél tovább tart a köhögés, számtalan ok jöhet szóba. Krónikus köhögést okozhat a savas reflux, a GERD. Lehet a köhögés a vérnyomáscsökkentő ACE-gátló gyógyszerek mellékhatása is, de jelezhet számarköhögést, sőt szívelégtelenséget is.

Mikor hívjuk az orvost?

- ha erős a köhögés és véres a köpet
- ha sípoló légzést, légszomjat tapasztalunk vagy szorítást a mellkasban
- ha három napnál tovább tart a láz
- ha a gyereket rázza a hideg vagy éjjel köhögési rohama van
- ha hét nap után sem tapasztalunk javulást.

Krónikus köhögés

A krónikus köhögést nem mindig lehet egyetlen okkal magyarázni. Sokszor fül-orr-gégész, tüdőgyógyász, allergológus és gasztroenterológus is részt vesz a kivizsgálásban. Ha a köhögés hátterében asztma áll, akkor belélegezhető szteroidok és hörgőtágítók segíthetnek. Felső légúti köhögés szindróma esetén orrspray és allergiagyógyszer is szóba jöhet. Fontos megjegyezni, hogy a köhögés miatt kialakuló lelki tünetek, mint a szorongás vagy depresszió, nem feltétlenül a kiváltó okok, hanem következmények is lehetnek – ezeket is kezelni kell.



Fotó: Pixel-Shot/shutterstock.com

HOGYAN CSILLAPÍTSUK A KÖHÖGÉST?

ŐSSEJTERÁPIA SCLEROSIS MULTIPLEXBEN

A sclerosis multiplex (SM) egy krónikus, sokszor rokkantságot okozó betegség, amelyben az idegrendszerben zajló gyulladás és károsodás fokozatosan rontja a mozgást, a kognitív funkciókat és az életminőséget. Különösen a progresszív SM esetén nagyon kevés hatékony kezelés áll rendelkezésre, ezért minden új, ígéretes megoldás nagy figyelmet kap. A kutatásokban a mezenchimális őssejteket (MSC) használják, amelyek a csontvelőből nyerhetők. Ezekről a sejtekről kimutatták,

Fotó: Freedom Studio/shutterstock.com



hogy immunrendszert befolyásoló (immunmoduláló) hatással bírnak, idegsejteket védő (neuroprotektív) szerepük lehet, és különféle gyógyulást segítő anyagokat termelnek. A kezelés során a beteg saját csontvelőjéből kinyert MSC-eket tisztítják, szaporítják, majd a gerincsatornába (intratekálisan) vagy vénán keresztül (intravénásan) juttatják vissza. A kezelés jól tolerálhatónak tűnt, és nem volt komoly mellékhatás. Az eddigi kutatások azt mutatják, hogy az MSC-őssejterápia javíthatja a tüneteket, lassíthatja az idegkárosodást és biztonságosan alkalmazható progresszív SM-ben.

Ha a hangulat tartósan megromlik, mégpedig olyan mértékben, hogy a mindennapi tevékenységünkre is hatással van, vagy súlyos esetben lehetetlenné teszi, akkor bizony depresszióról van szó.



Szerző: **Dr. Radics Judit**
pszichiáter, pszichoterapeuta,
alvásszakértő főorvos

Egész nap rossz hangulat

A depressziós ember elveszti érdeklődését környezete – még akár a szeretett hozzátartozók – iránt is, megromlik szellemi teljesítőképessége: nem tud koncentrálni, tartósan figyelni, vagy azt veszi észre, memóriája nem működik jól. A depresszió szinte törvényszerű velejárója az alvás zavar. Az álmatlanság az éjszakai felébredéssel jár – gyakran hajnali 3 óra tájban –, mely után van, aki már egyáltalán nem tud viszszaaludni. A súlyos depressziós ember munkaképtelenné válhat, olyannyira, hogy még az otthoni házimunkák elvégzése sem teljesíthető számára. Elvész az öröm képessége, nem tud örülni a korábban örömet okozó dolgoknak, szórakozásnak, hobbinak, és érdektelenné válik. A leg-

súlyosabb esetekben olyan mértékű reményvesztettség alakul ki, hogy az élet értelme is elvész, sőt öngyilkossági gondolatok is megfogalmazódhatnak.

Diagnosztikus kritériumai

1. Depressziós hangulat a nap legnagyobb részében (2 héten keresztül fennállóan).
2. Az érdeklődés és az örömezség jelentős lecsökkenése.
3. Étvágycsökkenés és fogyás, vagy épp ellenkezőleg, étváagnövekedés és hízás.
4. Álmatlanság jelentkezése, vagy ellenkezőleg, megnövekedett alvási igény.
5. Fáradtság vagy energiahány.
6. Csökkentett szellemi teljesítmény és koncentrációzavar.
7. Halállal, esetleg öngyilkossággal is foglalkozó gondolatok megjelenése.

Kiváltó oka lehet a tartós stressz

A depresszió kiváltója sokszor a tartós stressz, testi és lelki megterhelés, halmozódó veszteségek. A mai életforma nem kedvez az úgynevezett egészséges életmódnak: sokan dolgoznak váltott műszakban, végeznek tartósan ülő- vagy állómunkát, munkahe-

A HÉT ORVOSI TÉMÁJA

A DEPRESSZIÓ KÜLÖNBÖZŐ FORMÁI

Fotó: fizkes/shutterstock.com

lyükön mesterséges megvilágítás szolgáltatja a fényt, és sokszor ablak nélküli helyiségben kénytelenek tartózkodni. Ugyanakkor a munka után, amikor már fáradtak vagyunk, testmozgásra, a szabad levegőn tartózkodásra sem mindig jut idő. Ehhez pedig társul, hogy az étkezés is gyakran a gyors-, illetve készételek felé fordul, amiből pedig vitamin- és ásványianyag-hiány következik, ezek pedig jó táptalajt biztosítanak – az arra hajlamos egyéneknek – a hangulatzavar megjelenéséhez. A krónikus testi betegségek, az ezekkel járó fájdalmak, kellemetlenségek vagy éppen a rájuk szedett gyógyszerek mel-

lékhatása is lehet a hangulat megromlása. A depresszió legsúlyosabb szövődménye az öngyilkosság.

A hangulatzavar jelei

A kérdés magyarországi szakértője dr. Rihmer Zoltán pszichiáter professzor. Bár az öngyilkosság rendkívül komplex, számtalan okkal összefüggő jelenség (számos orvosi, pszichoszociális demográfiai és kulturális összetevővel), az öngyilkosságban meghaltak több mint 90 százaléka súlyos – többnyire kezeletlen – pszichiátriai betegségben szenved (például súlyos depresszióban) a cselekmény idején.

Mivel minden családban előfordulhat, hogy a család egyik tagjának vagy ismerősének vére vagy vérképzőműnyre 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 díjszámitás 15 perces egységekben történik.

VÉRADÁS

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



Kos: Izgalmas időszakot élsz meg, tele vagy tervekkel és munkával. Vegyél egy jó könyvet, amit esténként olvasgathatsz kikapcsolódásképpen.



Bika: Számodra most különösen fontos a testi-lelki egyensúly megőrzése, mert a stressz könnyen kimerítheti energiataratlékaidat. A rendszeres mozgás és a tudatos táplálkozás segíthet elkerülni a fáradtságot és javítani az általános közérzetet.



Ikrek: Fordíts több időt magadra, sportolj, menj el masszórhöz vagy szaunázni. Ha valaki sakkozna veled, próbálkozz meg ezzel a szellemi kihívással is. Érdekes megfajtened újságunk rejtvényét is!



Rák: Az ős beköszöntével találj magadnak hasznos beltéri elfoglaltságot. Jógázz vagy iratkozz be

OKTÓBER 3–10.

HETI HOROSZKÓP



nyelvtanfolyamra, próbálkozz a festéssel vagy a kötéssel, horgolással.



Oroszlán: Figyelj oda az egészségedre! Ne erőltess túl magad, se fizikailag, se szellemileg! Ha másképp nem megy, vegyél ki szabadnapot, kapcsolj ki a telefonodat és csak magaddal foglalkozz!



Szűz: Most különösen érzékeny vagy a párkapcsolati harmóniára, és túl sokat elemezgeted a partnered viselkedését. Ha elengednéd a tökéletesség iránti vágyad, mélyebb intimitás és bizalom alakulhatna ki közöttetek.



Mérleg: Újult erővel veted bele magad a munkába, a napokban érdekes talál-



kozásokban lehet részed, olyan emberekkel, akikkel már régen szerettél volna beszélgetni, vagy akikre valamilyen okból felnézel.



Skorpió: Ezúttal is intuitívan válaszd ki a hétvégi főzéshez azokat az alapanyagokat, amelyek nemcsak finomak, hanem energetizálóak is. Most különösen jót tesz neked, ha otthon főzöl, és olyan fűszereket használsz, amelyek a kedvenceid.



Nyilas: Most érdemes tudatosabban tervezned a költségeidet, hogy az élmény mellett a pénztárcád is jól járjon. Kerüld az impulzív döntéseket, vásárlásokat! Próbálj meg spórolni, esetleg tartós befektetési számlára tethetnéd a pénzedet.



Bak: Lottózz vagy vegyél kaparós sorsjegyet, most melléd állhat a szerencse. Ha mégsem, akkor se keseredj el, érkezik a fizetésed. Lepd meg magad egy finom szelet süttivel, vagy egy újdonságnak számító csokival.



Vízöntő: Különösen vágysz az intellektuális kapcsolódásra. Akkor érezheted magad igazán szerelmesnek, ha a partnered gondolatilag is inspirál. A szabadság iránti igényed miatt fontos, hogy olyan kapcsolatban legyél, amelyben önmagad maradhatsz.



Halak: Számodra a növénygondozás érzelmi tevékenységet is jelenthet, amely segíthet kapcsolódni a természethez. Figyeld a növényeidet, hogy mikor van szükségük öntözésre, átültetésre vagy épp egy kis szeretetteljes figyelemre.

RÖVIDEBB ISTENTISZTELET	UGYAN! EGYKEDVÜ	SZÁRNY-SZÉLEK!	MAROK-TELEFON AZ ŐSZ VEGE!	MÉTER, RÖVIDEN ADATLAP ROVATA	TERMETES, JOKORA	A TANULÓ VEZETŐ JELE	FESZÍTŐ-ESZKÖZ	A HÉT TÖRPE EGYIKE	HULL, POTYOG CSÓNA-KOT HAJT	MEZBEN VAN!	NAGYOBB KAVICS	ESNI KEZD!	RÓMAI 1-ES	ALAK, FORMA KAVÉDARÁLÓ	VÁZLATOS RAJZ
A MEGFEJTÉS 1. RÉSZÉ										KESZKENŐS EGYKOR					
FOGHÜS			A HURKA BURKA! IRO (FERENC)			BENTRŐL CIEPELO ISTALLÓ-FIU						ANGLIAI VÁROS HABZÓ ITAL			
TOLEDO HATÁRAI!		MERT-HOGY SZÁMO-SABB				PIACI SÜLY CU A VEGYJELE					SAPKA-ELLENZŐ CSURGÓ				
... FOGVA: AZÓTA KERESZTULHATOL				SÜRÜN OKLÓZ PRIMITIV FAEPÜLET					DISZNÓT VAG NŐI NÉV				FÓCIM RÉSZÉ! MUZSIKUS ROVAR!		
			BELGA AUTOK JELZESE HÉJ	TESTNEV FELTE-TELES KÖTŐSZÓ				RUHAT KÉSZÍTET FIAT-MODELL						CIMÜ, RÖVIDEN FESTŐ ESZKÖZE	
MÁJ-SZELET!	A MEGFEJTÉS 2. RÉSZÉ	LÁNYOK JÁTEKA TORNÁ-ESZKÖZ				APRÓ PEHÉLY FEKETE I GÖLYÁJA					PIRUL A HUS KÖZÉPEN AZÓ!			A HEGY-RŐL A VÖLGYBE JUT	
APOSTILB, RÖVIDEN			ELŐKELŐ VAGY ÜGY!			PÁSZTOR-KUTYA BAKONYI PATAK						SZÁNDÉK AGRÁR-ESZKÖZ			
GÉPHÁZ OLDALAI!		MÁTKA			LÁNGÉSZ					VÍZBEN ALL! MAG NÉL-KÜLI TŰZ!		NAPSZAK GENF CENT-RUMA!			
LABDA-JATEK		KÓPIA-DARAB!			BELÜL KIOLD!		VIVÁTOZ				EZT ÖVEZVE ENERGIA, RÖVIDEN				
GAUSS, RÖVIDEN	Ő														



A helyes megfejtést jövő hét szerdáig küldheti be a szerkesztőségünkbe: 9023 Győr, Kodály Zoltán u. 32/A vagy jatek@gyorplusz.hu. A szerencsés megfejtők között 10 darab páros belépőt sorsolunk ki a győri **Akkordeon zenekar 25 éves jubileumi koncertjére**, ami a Vaskakas Bábszínházban lesz október 18-án 19 órától. A nyerteseket e-mailben, illetve postán értesítjük.

SPORTOLÓK, MŰVÉSZEK, CIVILEK A NŐKÉRT

RÓZSASZÍNBE ÖLTÖZÖTT SZERETET

A mellrák a nőket érintő egyik leggyakoribb betegség. Ám minél korábban felfedezik, annál nagyobb az esély a gyógyulásra. Azonban sajnos még mindig vannak, akik nem veszik elég komolyan és elmulasztják a rendszeres szűrővizsgálatokat. Pedig Magyarországon évente több mint 8000 új beteget diagnosztizálnak és 2000 beteget veszünk el. Hazánkban a 45 év feletti nőket két évente hívják és várják térítésmentes, önkéntes mammográfiai vizsgálatra, erről minden érintettet levélben értesítenek.

Szerző: Győr+
Fotó: Marcali Gábor

„Az egyik legfontosabb, amit a mindennapokban megtehetnek a nők, hogy rendszeres önvizsgálatot végeznek!” – kezdte dr.



Dr. Börzsönyi Ágnes

Börzsönyi Ágnes szülész-nőgyógyász szakorvos, majd így folytatta: „Ezt már 20 év felett ajánlom mindenkinek. Legjobb, ha minden hónapban áttapintjuk a melleinket, a menstruáció utáni időszakban. Így van egy állandó önkontroll és összehasonlítási alap is, hogy történetesen esetleg elváltozás a korábbi önvizsgálathoz képest. Ha pedig igen, akkor azonnal szólni kell a választott nőgyógyásznak!” – zárta a doktornő.

Internetes források szerint egyébként az 5 éves túlélés korai stádiumban több mint 99 százalékos, míg áttétes esetben körülbelül 32 százalékos esély mutatkozik erre. Fontos adat, hogy

kutatások alátámasztották: megfelelő életmóddal az emlőrákos esetek kialakulásának akár a 40 százaléka megelőzhető. Ezzel is összefüggésben állhat, hogy egyre fiatalabb korosztály érintett: az elmúlt tíz évben 30 százalékkal több mellrákkal összefüggő diagnózis született a 30-as korosztályban, mint korábban.

Mihályi Orsolya a Győri Nemzeti Színház színésznője, a Győr+ Rádió szerkesztő-riportere: „Rendszeresen járok szűrésekre, nálam



Mihályi Orsolya

fokozott a kockázat, mert mindkét nagymamám mellrákos volt, mindkettőjüknek el kellett távolítani az egyik emlőjét. Úgy gondolom, a genetika meghatározó, de nagyon fontosnak tartom az egészséges táplálkozást és a sportolást is a megelőzés érdekében. Én ebben a szellemben élek.”

„Minden nőgyógyászati vizsgálat nagyon fontos, onnantól

kezdve, hogy megjön a nőnek a menstruációja. Nekem például az éves szűrésen, időben derült ki, hogy endometriózisom van.



Bánky Sára

A mammográfia is nagyon fontos, mert hiába vizsgáljuk magunkat otthon, az a biztos, ha nőgyógyász is átvizsgál, habár azt tapasztaltam, ezt nem minden orvos teszi meg, kérni kell! Szerencsére az én környezetemben még nem volt ilyen betegség, de édesanyám és a nagymamám arra tanított, hogy járjunk el szűrésekre!” – hangsúlyozta Bánky Sára, a Vaskakas Bábszínház bábművésze.

A Győri Audi ETO KC együttese is évről évre kiáll az ügy fontossága mellett. „Csapatként fontosnak tartjuk, hogy támo-



Fodor Csenge

gassuk ezt a kezdeményezést. Sportolóként pontosan tudom, hogy az egészség mekkora érték, és ezt nap mint nap megéletem. Hiszek abban, hogy ha mi, sportolók is kiállunk ezek mellett az üzenetek mellett, az sokkal közelebb hozza a megelőzés fontosságát a fiatalokhoz” – nyilatkozta Fodor Csenge, a csapat játékos. A kézisek az októberi edzőmérkőzéseiken rózsaszín pólóban melegítenek, az ETO KC Shopban pedig limitált számúban, de kapható lesz a rózsaszín edzőpóló.

Kulcsár Nárcisz egyetemi adjunktus 2018-ban indította el a Pink futás és séta nevű jótékonysági rendezvényt, mely a



Kulcsár Nárcisz

mellrákszűrés és az önvizsgálat fontosságára hívja fel a figyelmet. Továbbá a sportra, az aktív és egészséges életmódra fókuszálva rendezik az eseményüket. „Édesanyám volt érintett a betegségben, mikor én még gyerek voltam, így testközelből tapasztaltuk meg, hogy mennyire fontos a korai felismerés. Ő szerencsés módon felépült, s felnevelhetett. Ő azok közé a hölgyek közé tartozott, akik megalapították az Esély a Gyógyulásra Rákbetegek Győri Egyesületét, hogy a hasonló helyzetbe kerültek segítséget kapjanak olyanoktól, akik keresztülmentek már hasonlóan.” Ez az egyesület az idei – október 19-én az Aranypart II. szabadstrandra szervezett – jótékonysági Pink futás és séta egyik szervezője, és az adományokat is nekik gyűjtik.

A GYŐR-SZOL Zrt. Városüzemeltetési és Kivitelezési Igazgatósága

GÉPJÁRMŰVEZETŐ

(C kategóriás jogosítvánnyal)

munkatársat keres bejelentett, 8 órás, egy műszakos munkára

Feladatok: • Tehergépjárművek biztonságos és pontos vezetése Győr város területén • Menetlevek, fuvarokmányok pontos kitöltése és leadása • Jármű napi ellenőrzése, karbantartási igények jelzése • A közúti közlekedési szabályok maradéktalan betartása • Munkavédelem, biztonságtechnikai szabályok betartása

Amit elvárunk: • Érvényes C kategóriás jogosítvány • Érvényes GKI-kártya (Gépjárművezetői Képesítési Igazolvány) • Digitális tachográfkártya érvényessége • Pontosság, megbízhatóság és felelősségteljes munkavégzés • Jó fizikai állóképesség és terhelhetőség • Csapatmunka; motivált, precíz, önálló munkavégzés

Előnyt jelent: • E kategóriás jogosítvány megléte • Hosszabb távú belföldi fuvarozásban szerzett rutin • Alapfokú műszaki ismeretek a járművek karbantartásához • Győr közigazgatási területének helyismerete

Amit kínálunk: • munkabér tapasztalatától függően havi bruttó 400.000 Ft-tól megegyezés szerint • bérkiegészítés legfeljebb 50.000 Ft-ig • 35.000 Ft/hó bérén kívüli juttatás a próbaidő lejáratát követően • vidékieknek munkába járás támogatása • saját gépjármű használata utáni költségtérítés • bejelentett munkaviszony • hosszú távú, biztos munkahely

Munkavégzés helye: • 9024 Győr, Rozgonyi u. telephely • rugalmas munkaidő-beosztással, 8 órás munkavégzéssel

Jelentkezési határidő: 2025. október 15.

Munkakezdés: Felvételt követően azonnal.



Jelentkezés: Győr-Szol Zrt. HR-osztály, 9024 Győr, Orgona u. 10. vagy e-mailben: munkaugy@gyorszol.hu. A borítékra kérjük, írják rá, illetve az e-mail tárgyában tüntessék fel a „C kategóriás gépjárművezető” jeligét.

A PANNON-VÍZ ZRT. IDÉN IS VERSENYBE SZÁLLT AZ ORSZÁGOS ÜGYFÉLSZOLGÁLATI VERSENYEN

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

Idén Pécs adott otthont az Országos Ügyfélszolgálati Versenynek és Értékesítési Konferenciának, amely ismét lehetőséget biztosított a víziközmű-szolgáltatók számára, hogy országos szinten mérjék össze szakmai tudásukat. A verseny célja, hogy a szolgáltatók évről évre jobban megismerjék egymás tevékenységét, hozzájáruljon az ágazat szolgáltatási színvonalának fejlesztéséhez, és nem utolsósorban erősítse a szakma összetartozását.

A MAVÍZ és a TETTYE FORRÁSHÁZ Zrt. közös szervezésében rendezett versenyen ezúttal húsz csapat vett részt. A versenyzők elméleti és gyakorlati feladatokon keresztül mutathatták meg elhivatottságukat és szakmai felkészültségüket: a feladatok között szerepeltek szituációs helyzetek, panaszos levelek megválaszolása, valamint tesztkérdések megoldása is.

Gratulálunk valamennyi részt vevő csapatnak, különösen Szigethi Szilviának, Bikali



Évának és Gombás Alexandrának, a Pannon-Víz Zrt. munkatársainak, akik társaságunkat képviselték.

Ezúton is köszönetet mondunk Lenzsérné Csepri Ildikónak, a Pannon-Víz Zrt. értékesítési, behajtási és ügyfélszolgálati osztályvezetőjének és Gáspár Tamás értékesítési és ügyfélszolgálati csoportvezetőnek a csapat felkészítésében nyújtott támogatásukért!

ELINDULT A TÁVFÜTÉS

Tekintettel a hűvösre fordult időjárásra, a Győr-Szol Zrt. Távhőszolgáltatási Igazgatósága szeptember 30-án, kedden a kora reggeli óráktól megkezdte az általános fűtést valamennyi távhővel ellátott háztartásban és intézményben. A Győr-Szol Zrt. Távhőszolgáltatási Igazgatósága a szokásos gyakorlatnak megfelelően az időjárás függvényében folytatja vagy állítja le, illetve amennyiben az indokolt, szakaszosan (reggel és este) üzemelteti a fűtési rendszereket. A szolgáltató felhívja a figyelmet arra, hogy

az általánostól eltérő fűtést (indítást, leállítást) a lakóközösségek közös képviselői írásban kezdeményezhetik. A közös képviselők a szolgáltatasiuzem@gyorszol.hu címre küldhetik a kérelmeket. A korszerűsített, termosztatikus radiátorszeleppel felszerelt fűtési rendszerek esetében a termosztatikus radiátorszelepeket a fűtés indítása után javasolt egy ideig teljesen nyitott állapotban tartani annak érdekében, hogy a panaszokat okozó levegő minél hamarabb távozni tudjon a rendszerből.



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.) egy közel 200 m²-es irodahelyiség raktárral, valamint 18–20 m²-es irodahelyiségek és egy műhely **KEDVEZŐ ÁRON HOSSZÚ TÁVRA KIADÓK.**

- igényes környezet
- parkolási lehetőség
- bankautomata
- konferenciaterem
- teakonyha
- közös használatú helyiségek napi takarítása
- bérlemény a hét minden napján napi 24 órában korlátozás nélkül igénybe vehető
- kérdés, probléma esetén az irodaház titkársága munkaidőben az épületben elérhető

Információ: Győri Nemzetközi Ipari Park Kft.
(Győr, Ipari Park, Gesztenyefa u. 4.) • Tel.: 96/506-978
• 96/506-979 • e-mail: info@ipgyor.hu



Összeállította: Csollán Tamara

PROGRAMAJÁNLÓ

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

Egészség-Piac lesz október 4-én 9 és 12 óra között a Semmelweis utcai Idősklubban. Az érdeklődőket ingyenes egészségügyi szűrővizsgálatok és tanácsadás várják. >>>

Oktoberfest lesz október 4-én 10 és 20 óra között Kismegyeren, a Napóleon Emlékparkban. Gyerekműsorok, rendőrségi sátor, kutyás, tánc- és sportbemutatók, tökfáragó verseny, kreatív programok, zenés műsorok, finom falatok várják a kicsiket és nagykot. >>>

Nyitott tárlatvezetésen vehetünk részt október 4-én 17 órától a Munkácsy – Egy remekmű születése című tárlaton az Esterházy-palotában. >>>

Az Olimpiai Sportparkban rendezik a 2025-ös **Országos Pickleball Bajnok-**

ság záró fordulóját, október 4-én és 5-én 8 órától. Ezúttal 3 szinten folynak majd a mérkőzések, női és férfi egyéni, női és férfi páros, valamint vegyes páros versenyszámokban. >>>

A Magyar Évezredek előadás-sorozat következő részében Jobbágyi **Zsolt „Amit fenn, úgy lenn” Táltosok égi-földi ösvényén a Békás-szorostól Is-ten székeig** című előadását hallhatják október 7-én 18 órakor a Generációk Művelődési Házában. >>>

Győrszentiván és környéke is csatlakozik az **Európai Madármegfigyelő Napokhoz**. Október 4-én 8 és 12 óra között erdei sétával, madármegfigyeléssel, fajismeret-bővítéssel, az MME bemutatásával várják a természetet kedvelőit. Gyülekező 8.30-ig, a Kossuth Lajos Művelődési ház előtt. >>>

Nyugdíjas Egyetem. Dr. Tóth Péter szociológus, történész, egyetemi docens tart előadást Mennyi? 30? Hogyan számolható meg, hogy hányan, kik, hol és hogyan élnek egy városban? címmel október 6-án 10 órakor a Győr Városi Egyetemi Csarnokban. >>>

A XVI. **Alkotó nyugdíjasok kiállítása** október 6-án 15 órakor nyílik a József Attila Művelődési Házban. >>>

Győri mozaikok. **Győr az 1956-os forradalom és szabadságharc második fővárosa** – korabeli filmek, képek Győrből címmel tart előadást Bana József nyugalmazott levéltár-igazgató október 8-án 10 órakor az Öveges József u. 7. szám alatt. >>>

KÖZMEGHALLGATÁS

A győri Német Önkormányzat **október 9-én 9.30 órakor közmeghallgatást tart az önkormányzat hivatalos helyiségében (Győr, Kazinczy Ferenc utca 4.).**

ÁLLÁSHIRDETÉS

A GYŐR-SZOL Zrt. Városüzemeltetési és Kivitelezési Igazgatósága

KERTÉSZ SZAKMUNKÁS

munkatársat keres bejelentett, 8 órás, egy műszakos munkára

Feladatok: • Növényvédelmi munkák • Növényvédő szerekkel kapcsolatos eszközök/járművek kezelése • Munkavédelem, biztonságtechnikai szabályok betartása.

Amit elvárunk: • Növényvédő szakvizsga (zöld könyv) és tapasztalat • Feladatok elvégzése: permetezés, gyomirtózás • Csapatmunka, motivált – precíz, önálló munkavégzés.

Előnyt jelent: • Győr közigazgatási területének helyismerete • B kategóriás jogosítvány, szükség szerint saját gépjármű használata.

Amit kínálunk: • Munkabér tapasztalattól függetlenül havi bruttó 400.000 Ft-tól megegyezés szerint • 35.000 Ft/hó bérén kívüli juttatás a próbaidő lejártát követően • Vidékieknek munkába járás támogatása • Saját gépjármű használata utáni költségtérítés • Bejelentett munkaviszony • Hosszú távú, biztos munkahely

Munkavégzés helye: 9024 Győr, Rozgonyi u. telephely, rugalmas munkaidő-beosztással, 8 órás munkavégzéssel.

Jelentkezési határidő: 2025. szeptember 30.

Munkakezdés: Felvételt követően azonnal.



Jelentkezés: Győr-Szol Zrt. Munka és Bérügyi Osztály, 9024 Győr, Orgona u. 10. vagy e-mailben: munkaugy@gyorszol.hu. A borítékra kérjük, írják rá, illetve az e-mail tárgyában tüntessék fel a „Zöld könyves kertész” jeligét.

DÍSZMADÁR-KIÁLLÍTÁS

és családi programok október 11-12-én

Mindkét napon:

díszmadár-kiállítás 2 épületrészben, szavazás a kiállítás legjobb madarára, ásványok, kézműves termékek, amigurumi és madártartási tanácsadás.

Gyermekeknek:

tetkőzés, kvíz korosztályonként, akadályverseny, rajzolás, színezés, kézműveskedés, zsákbamacska, arcfestés, manóajtó-keresés.

Szombaton: solymászati bemutató színesíti az eseményt.

Újvárosi Művelődési Ház (Liget utca 55.) • Szombat 9-18, vasárnap 9-16 óráig

www.gyormadarasok.hu

A GYŐRI FILHARMONIKUS ZENEKAR BEMUTATJA:

MAGIC of VIVALDI

A négy évszak

AUDI ARÉNA, GYŐR

okt.
21.

KONCERTÉLMÉNY ÚJ DIMENZIÓBAN
zene - tánc - lenyűgöző látványvilág

gyfz.hu
Jegyrendelés:



FELELŐS KIADÓ: FÜKE GÉZA, A GYŐRI FILHARMONIKUS ZENEKAR IGAZGATÓJA



A HAGYOMÁNYOKAT ŐRZIK, A SIKEREKET GYŰJTIK

A győri íjászat alapjait csaknem harminc évvel ezelőtt a legendás cselgáncsozó, később több olimpiát is megjárt judóbíró, Vági Miklós rakta le. Ezeket a hagyományokat viszik tovább az utódok, már sportegyesületi formában.

Szerző: Nagy Roland

A komoly munkának köszönhetően a sikerek sem maradnak el, a győriek a történelmi íjászok legutóbbi világbajnokságán is a leg-

jobbak közé tartoztak. A csapatot Horváth Tibor vezeti, aki nemcsak a vb-érmeire büszke, hanem arra is, hogy a klubnak egyre több aktív tagja van, és nagyon sok fiatal náluk sajátítja el az íjászat alapjait.

„A baráti kör Tíz Nyíl néven alakult, valamikor 1998 körül, az íjászat eléggé gyerekcipőben járt akkoriban Magyarországon, nem nagyon voltak versenyek, és az oktatás sem létezett. Vági Miklós eredeti elképzelését visszük tovább, hogy hagyományörző és íjászegyesületként működjünk” – mesélte a szakosztályvezető. Az egyesület tagjainak többsége

történelmi íjászatban versenyez. Itt az öltözékre, a hagyományos eljárásokkal készült íjakra, nyílvevesszőkre szigorú előírások vonatkoznak mindegyik versenyszámban, legyen szó távlövő, távcéllövő szakágakról szabadtéren vagy teremben.

„A pályaijászat más, modern öltözet, modern íj tartozik hozzá, és céltáblára lőnek. Ide tartozik az olimpiai verseny is. Természetesen vannak a tagjaink között, akik ilyen vagy hasonló íjjal lőnek, az ő eredményeikre is nagyon büszkék vagyunk” – mondta Horváth Tibor.

A történelmi íjászok legutóbbi világbajnokságát Gyulán rendezték, ahol a Bercsényi DSE tizenhárom íjással indult, Sipos Botond és Horváth Ágnes világbajnoki címet szerzett, Kiss Tamás negyedik, Tóth Mihály hetedik lett. A távcéllövő-világbajnokságon Horváth Tibor negyedik, Horváth Ágnes ötödik helyezést ért el.

Az Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézmény Győr
közalkalmazotti jogviszonyba álláshelyet hirdet:

GONDOZÓ

FOGYATÉKOSOK NAPKÖZI OTTHONA

GYÓGYTORNÁSZ

IDŐSEK OTTHONA

ÁPOLÓ, GONDOZÓ

HÁZI SEGÍTSÉGNYÚJTÁS
GYŐR-MÉNFOCSANAK ÉS
GYŐRSZENTIVÁN TERÜLETÉRE

munkakörben.



További információk:

+36 (96) 314 322 / 152 mellék
www.eeszi.hu

Pályázatok benyújtása:

EESZI HR-gazdálkodás
9026 Győr, Kálóczy tér 9-11.
hr@eeszi.hu



Fotó: O. Jakócs Péter

Nem mintha eddig a pályán múlt volna az ETO labdarúgóinak kiemelkedő teljesítménye, de az biztos, hogy ezentúl a gyepre semmit sem lehet majd fogni. A válogatottszünetben teljesen lecserélte a centerpálya 17 éves gypét a klub, emellett új vízelvezető és öntözőrendszer, valamint új kapuk kerültek a stadionba. A tervezett munkálatok a Nyíregyháza elleni hazai mérkőzést követő héten kezdődtek. Az erre specializálódott cég 8 nap alatt felszedte a régi, beteg gypet, kialakította az új öntözést és vízelvezetést, majd lefektette az új gypepszőnyeget, amelyet a vasárnapi ETO-Fradi meccsen avattak fel.

INSPIRÁLÓ GONDOLATOK A SPORTOLÓI ÉLETPÁLYÁRÓL

Szerző: **Ficsór Dávid**

Sportolói életpályamodell – középiskolától az egyetemig címmel rendezett szakmai konferenciát a Győri Atlétikai Club és a GYSZC Bercsényi Miklós Technikum az Európai Sporthét keretében. A rendezvény célja az volt, hogy bemutassa a sportolói karrier állomásait, és választ adjon arra, milyen támogatások segíthetik a fiatalokat abban, hogy ne csak a versenyeken, hanem a civil életben is boldoguljanak.



Kiss Dániel klubigazgató (GYAC) és Baji Balázs főigazgató (Nemzeti Sportfejlesztési és Módszertani Intézet)

zív sportmodellek, valamint a sportiskolai képzési módszerek.

A rendezvényen előadást tartott dr. Baji Balázs, világbajnoki bronzérmes és Európa-bajnoki ezüstérmes gátfutó, aki kiemelte: a sportolóknak olyan életpályamodellre van szükségük, amely túlmutat a sportsikere-

ken, és biztos alapot ad a civil életben való helytálláshoz is.

A nap során elhangzott gondolatok egyértelmű üzenete volt: a sport és a tanulás, a pályafutás és az életút tervezése kéz a kézben járhat – így segítve a fiatalokat abban, hogy teljes és kiegyensúlyozott életet élhessenek.

A GYŐR+ MÉDIA CSAPATA IS RÚGTA A BŐRT

Őszi, családi kikapcsolódásra várták a győriekeket szombaton az Olimpiai Sportparkban. Ez az új helyszín adott otthont a huszadik Arrabona Futófesztiválnak is. Az OSP-n kívül az Aqua Sportközpontban és a Barátság Sportparkban is várták a mozgást kedvelőket.



Foto: **Krizsán Csaba**

Szerző: **Németh Boglárka**

A rendezvény közös futással indult, amin rekordszámú nevező vett részt, rengeteg óvodás, kisiskolás és szülő állt rajthoz. A sportos életmódot Rubint Rella, Fügi Edit és Futó Edit garantálta, a futáson kívül nordic walking, buborékfoci, asztalitenisz, tollaslabda, frizbi, ergométeres evezés, jumping, készségfejlesztő játékok, kispályás foci, de még küzdősport-bemutató is várta az érdeklődőket. A rendezvényen a rendőrséggel is lehetett játékos formában találkozni, de egészségügyi szűréseken is részt vehettek, aki úgy döntött.

A kispályás focin a korántsem amatőr mezőnyben, a médiacsapatban a Győr+ Média Ficsór Dávid, Konrád Sándor és Tóth Balázs képviselte. A kollégák nemcsak lecsót főznek mesterien, de a futballabdával is jól bannak!

Príma

Kiemelt ajánlat: október 3-9.
Sertéskaraj okt. 3-5.

1563 Ft/kg

Sertésárja 1866 Ft/kg
Sertéslapocka 1399 Ft/kg
S. darált hús lapockából 1399 Ft/kg

Sertés szűzpecsenye

2400 Ft/kg

Sertéscomb 1505 Ft/kg
Húsos császárvég 1399 Ft/kg
Húsos csont 699 Ft/kg

Kocsonyának való húsrészek széles választékban kaphatók!

Sertés hátsó csülök

1699 Ft/kg

Sertésköröm 300 Ft/kg
Sertésfej 300 Ft/kg
Sertésbőr 200 Ft/kg

Csirkecomb farrésszel okt. 3-5.

782 Ft/kg

Csirkeszárny 758 Ft/kg
Csirkemáj 599 Ft/kg

Sütőtök 1 kg

239 Ft/kg

Vöröshagyma 139 Ft/kg

Soproni dobozos sör 0,5 l, 518 Ft/l



259 Ft/db



TISZTELT VÁSÁRLÓINK!
20.000 forint értékű vásárlás esetén ha bármely címetű nyugdíjasutalvánnyal fizet, 1 db Lenor öblítőt (1491 ml) kap AJÁNDEKBA!

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

Pályakezdők, 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.

3 HAVI ŐSZI AKCIÓS BÉRLET **most 45.000 Ft**

ONLINE IS MEGVÁSÁROLHATOD,
A SPORTMATE ALKALMAZÁSBAN!

 SPEEDFITHU

 SPEEDFITGYOR