



3. oldal Bűnügyi technikusok vizsgálják a hátrahagyott nyomokat egy lakásbetörés után, minden apró változást rögzítenek, ami elvezetheti majd a nyomozókat az elkövetőhöz.



5. oldal „Megkockázatom, hogy a dolgozóink nagy része kiégett” – nyilatkozta lapunknak Csordás Adrienn, a Petz Aladár Megyei Oktató Kórház ápolási igazgatója egy közel-múltbeli konferencia kapcsán.

7. oldal Az ipari park történetének egyik legnagyobb beruházásába kezdett a Rehau Automotive Kft. A befektetés jelentőségének megfelelő alapkövetési ünnepséggel indította útjára az építkezést a még ma is családi tulajdonban lévő, az autókalkatrész-gyártás mellett a bútor- és építőiparból is jól ismert, 50 országban, 170 telephelyen mintegy tizenötezer alkalmazottat foglalkoztató német vállalat menedzsmentje.



hetilap

Minden pénteken.
www.gyorplusz.hu



Egészség
Kultúra
Innováció
A jövő Győrben épül.

Győr Plusz közéleti hetilap / II. évfolyam 29. szám / 2012. július 20., péntek / Megjelenik 56.000 példányban

Kisalföld Vágta

Írásunk a 14. oldalon



Fotó: Burger Barna

Részletes tévéműsor

15–17. oldal



8–9. oldal „Azért absztraktak a festményeim, mert korunk lényegének megragadására ez a forma alkalmas” – mondta A hét embere rovatunk e heti főszerelője, Koppány Attila.



20–21. oldal A harapási rendellenességeket már óvodáskorban kezelni kell – derül ki Vény nélkül rovatunkból, amelyben a szakemberek értékes információkat közölnek a nyári fejfájással és a pacemaker meleg hónapokban való működésével kapcsolatban is.

6 forinttal emelte a benzin és nyolc forinttal a gázolaj nagykereskedelmi listaárát a MOL, így a benzint átlagosan 419-420 forintos, a gázolajat pedig 424-425 forintos literenkénti áron tankolhatjuk. A kutak között akár 20-30 forint különbség is tapasztalható.

3,6 százalékkal, 8.844-re csökkent a nyilvántartott állás-keresők száma júniusban Győr-Moson-Sopron megyében. A munkaügyi központ adatai szerint leginkább fémmegmunkálókra, összeszerelőkre, építőmesteri és könnyűipari gépek kezelőire volt szükség.

Értékeltek

Az oktatói munkát értékelték a hallgatók a győri Széchenyi István Egyetemen. A 2011/12-es tanév tavaszi félévére beiratkozott több mint 10 ezer aktív státusú hallgató közel 20 százaléka töltötte ki a kérdőívet, a konkrét tárgyakra vonatkozó felméréseknek pedig 12,5 százalékát küldték vissza. A kitöltők között értékes jutalmakat sorsoltak ki, a díjazottak ajándékait dr. Író Béla, az egyetem főtitkára adta át.

Vállalati tanácsadó program

Közel 600 millió forint értékű uniós forrás áll a vállalkozások rendelkezésére a nyugat-dunántúli régióban. A vissza nem térítendő támogatás Győr-Moson-Sopron megyében is elérhető, amely a Vállalati Tanácsadás Programon belül hívható le. A régióban bejegyzett mikro-, kis- és középvállalkozások többek között pénzügyi, adóügyi, számviteli és kockázatelemzési tanácsadásra jelentkezhettek, de lehetőség van a vállalati stratégia elkészítésére és helyzetelemzésre is.

Adj, hogy ehessenek!

Hazánk lakosságának mintegy hét százaléka mélyszegénységben él, a súlyos szegénységben élő 18 év alattiak aránya pedig meghaladja a 28 százalékot. Ezeknek a gyerekeknek létkérdés, hogy iskolában, óvodában kedvezményesen, illetve ingyenesen jutnak ennivalóhoz, ezért számukra a

tosító cég kommunikációs igazgatója elmondta, mivel cégük fő területe az élelmiszer-kereskedelem, ezért segítenek ilyen formában a rászorulókon.

Dr. Somogyi Tivadar alpolgármester hozzátette, önkormányzatunk kiemelt figyelmet fordít a szociális ellátásra, ennek bizonyítéka, hogy több



legvesélyeztetettebb időszak éppen a vakáció.

A Gyermekekért Alapítvány 2009 óta szervezi „Adj, hogy ehessenek” akcióját, amely mára valódi társadalmi összefogássá nőtte ki magát. A felajánlók segítségével a szervezet az idén ezer családnak tudt ételt adni, ebből kétszázat Győrben osztottak ki.

A rendezvényen győri labdarúgók segítettek az egyenként 10 kilós csomagok átadásában, miközben maguk is az adománygyűjtés fontosságára hívták fel a figyelmet.

Krubl Yvette, az élelmiszer-csomagokat biz-

száz millió forintot költenek a területre. Rámutatott, természetesen minden olyan civil kezdeményezésnek örül, amely a rászorulókat megsegítését célozza, és kiegészíti az önkormányzat által nyújtott ellátásokat.

Városunkban egyébként nyáron is figyelnek a gyerekekre, akiket több iskolában is napközivel, illetve különböző szabadidős programokkal várják. Biztosítják az étkeztetést is, azoknak a gyerekeknek pedig, akiknek a szülei rendszeres gyermekvédelmi kedvezményben részesülnek, ingyenes ez a lehetőség.

NAPRÓL NAPRA

Július 13. Szüret. Elkezdődött a levendula betakarítása Pannónhalmán. Az apátság gyógynövénykertjében 4 hektáryi félécserejét dolgoznak fel, amiből 100-110 liternyi olajra számítanak.

Július 14. Tűz. Lángra kapott a Baross út 30. szám alatti társasházban az egyik lépcsőházi villanykapcsoló. A tűzoltóknak gyorsan sikerült megfékezniük a tüzet. Sérülés nem történt, az anyagi kár nem jelentős. A tűz keletkezésének okát még vizsgálják.

Július 15. Fotópiknik. Immár 11. alkalommal vitte szabad tere a fotóművészet néhány alkotását a Győri Fotóklub Egyesület. A Radó-szigeten tartott fotópiknik ismét sok érdeklődőt vonzott.

Július 16. Útfelújítás. Felújítják a Jereváni út Zöld és Erfurti utca közti szakaszát. Hétfőn az aszfaltozás miatt útlezárás volt, és a posta előtti buszmegálló pár egész nap nem üzemelt.

Július 17. Művésztelep. Két ausztrál, két szlovák és négy magyar művész részvételével nyílt meg a Nemzetközi Művésztelep Győrben. A művészek a múzeum épületeiben kialakított alkalmi festőműtermekben dolgoznak a következő két héten.

Július 18. Edzés. A péri repülőtéren gyakorolják a leglátványosabb figurákat a Vitorlázó Műrepülő Világbajnokság magyar indulói. Céljuk, hogy az augusztusi megmérettetésről aranyérmekkel térjenek haza.

Július 19. Kis tudósok. Örökmozgó tábor néven igazi nyári szabadidős programot kínált a 9-15 éves korosztálynak a Mobilis Interaktív Kiállítási Központ. A gyerekek kipróbálhatták a különleges járműveket, kísérletezhettek, és igazi kis tudóssokká válhattak a Mobilis felfedezésével.



Bűnügyi helyszínelők: láthatatlan nyomok után kutatnak

SZERZŐ: SZIGETHY TEODÓRA
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Bűnügyi technikusok vizsgálják a hátrahagyott nyomokat egy lakásbetörés után, minden apró változást rögzítenek, ami elvezetheti majd a nyomozókat az elkövetőhöz.

Holtan találnak egy fiatal nőt egy eladásra váró házban. A rendőrséget az ingatlanközvetítő cég munkatársa és az érdeklődő riasztja – néhány képkocka az egyik népszerű amerikai filmsorozatból, a Helyszínelőkből. A fordulatokkal teli nyomozás, amelynek szerves része a nyomok rögzítése, azok kiértékelése, szűk egy óra alatt felfedi a tettes kilétét. A valóságban azonban ez nem így működik.

Az évek óta töretlen népszerűségnek örvendő nyomozós szériák inkább megnehezítik a való életben szolgálatot teljesítő helyszínelők munkáját, ugyanis a bűnelkövetők módszereket, trükköket tanulnak az egyes részekből – mondta lapunknak Kis Szabolcs százados, a Győr-Moson-Sopron Megyei Rendőrfőkapitányság bűnügyi technikai osztályának vezetőhelyettese.

A szakember kifejtette, a bűnüldözők hasonló eszközöket használnak, mint amik a filmekben is előfordulnak, ugyanúgy rögzítik az ujjlenyomatokat, lábnyomokat, eszköznyomokat, végznek DNS-vizsgálatot, vegyi elemzéseket, a laborjukban pedig szinte ugyanolyan eljárással vizsgálják a be-

hozott tárgyakat, mint a sorozatokban. S míg a filmekben szereplő szakértők munkáját nagyrészt gyilkosságok teszik ki, Győrben elsősorban vagyon eleni bűncselekményekhez, lopásokhoz, betöréses lopásokhoz, rongálásokhoz, gépkocsilopásokhoz riasztják a bűnügyi technikusokat, az élet elleni bűncselekmények szerencsére ritkák.

Sajnos a filmek a bűnelkövetőknek is tippeket adnak, tanulnak a vizsgálati módszerekről, így körültekintőbben viszik véghez a bűncselekményeket. Egyre kevesebb helyszínen találunk például ujjlenyomatot a bűnügyi technikusok, a tettes ugyanis kesztyűt húz. Szinte már csak a hirtelen felindulásból elkövetett eseteknél fordul elő, hogy valahol ott marad egy-egy ujjnyom – jegyezte meg Kis Szabolcs.

„A bűnözők fejlődésével nekünk is lépést kell tartanunk. Az esetek vizsgálata alatt az elkövetők fejével kell gondolkodnunk. Miután fotókon, s ha szükséges, videón rögzítettük a feltárt állapotot, felkutatjuk a különböző nyomokat. Nem ken-

jük ki az egész lakást porral, csak azokat a helyeket, ahol járhatott az elkövető” – hangsúlyozta a százados. Először kiderítik, mi volt az elkövetőnek az érkezési és a távozási útvonala. Ha például betörte az ablakot, hogyan próbált bemászni? Utána merre indulhatott? Hol lehet esetleg lábnyoma?

Hova nyúlt, mit fogott meg? Hagyott-e hátra valami tárgyat, esetleg kesztyűt, mert arról forró nyomon el is lehet kezdeni a keresést, üldözést” – sorolta a helyszínelő. Ha szükséges, egyedi szakértő, szaktanácsadó – többek között nyom-, írás-, okmány- vagy ujjlenyomat-szakértő, vegyész, kábítószeranalízissel foglalkozó, valamint kutyás nyomozó – is segíti a nyomok rögzítését, azok feldolgozását.

Szerencsére a technika is folyamatosan fejlődik: vannak olyan berendezések, eszközök, amikkel a letörölt nyom is láthatóvá válik. Speciális anyaggal például ki tudják mutatni a felitatott vércseppeket is.

„A legnagyobb ütőkártyánk a DNS-analízis fejlődése, ezzel a módszerrel fel tudjuk venni a versenyt az elkövetőkkel. Akkor is be tudjuk bizonyítani,

Van olyan eszköz, amivel a letörölt nyom is láthatóvá válik

hogy az elkövető a helyszínen járt, ha nem nyúlt semmihez” – hangsúlyozta Kis Szabolcs.

A százados megjegyezte, azon túl, hogy megnehezítik munkájukat a filmek, valahol segítik is őket, a megítélésük ugyanis kedvezőbb a sorozatoknak köszönhetően.

Balladai homályban

Megrendített és elgondolkodtatott a törékeny, húszas éveik közepén járó pécsi pszichológusnő halála. Mélyen együttérzek Bándy Kata szeretteivel. Ugyanakkor dühös is vagyok és félek. Nem attól, hogy este tíz után kimerészkedjek az utcára, bár kétségtelen, hogy ezután az eset után valószínűleg sokak tudatalattija dönt majd a taxi mellett egy kellemes nyár éjszakai séta helyett. Inkább azért félek, mert nem tudom, hogy sikerül-e a gyilkos etnikai hovatartozása miatt felerősödött társadalmi feszültséget megfelelően kezelni.

A mára balladai névként csengő Bándy Kata tragédiájáról egy 130 éve történt gyilkosság, és annak társadalmi hatásai jutnak eszembe. A parlamentben pár hónapja egyébként egy felszólalás kapcsán előkerült tiszaezlári védvadászra gondolok, amelyben egy kereszténye lány, Solymosi Eszter eltűnése kapcsán a helyi zsidó közösség tagjait vádolták meg rituális gyilkossággal. Az ügy nemcsak a faluban élőkre volt hatással, hanem az egész országra. A gyilkosság és a zsidókérdés a magyar politikai erők összecsapásának terepévé vált, és Európa-szerte nagy figyelmet kapott. És ami fontosabb: nagy hatással volt a magyarországi antiszemitizmus későbbi alakulására. Olyannyira, hogy a Wikipédia szerint 1883-ban megalakult az Országos Antiszemita Párt, ami 1884-ben és '87-ben is bejutott az Országgyűlésbe. A mostani eset természetesen más, abban azonban azonos, hogy kedvező azoknak a csoportoknak, akik a két „nép” (cigány-magyar) közötti konfliktus felerősítésére játszanak. Mert ki tudják használni dühünket, fájdalomunkat, együttérzésünket. Példás büntetést remélek a gyilkosra, de az ártatlanok ellen ne fogjunk össze.

Wurmbrandt András

Előzetesben a Bán Aladár utcai gyilkos

SZERZŐ: SZIGETHY TEODÓRA
FOTÓ: MTI

Megfojtott egy négygyermekes anyát a győri Bán Aladár utcai panellakásban P. Ottó 41 éves, büntetlen előéletű férfi. Hétfőn este Vácott fogták el, szerdán pedig előzetes letartóztatásba helyezték. Kilenc éve nem volt felderítetlen emberölés megyénkben.

Néhány nap alatt elfogta a rendőrség azt a férfit, akit a július 14-i Bán Aladár utcai gyilkossággal gyanúsítottak. P. Ottó a kihallgatása során előbb tagadt, végül beismerte, hogy megfojtotta a 42 éves asszonyt – tájékoztatta a sajtó képviselőit Károlyi Zoltán alezredes, a Győr-Moson-Sopron Megyei Rendőr-főkapitányság bünyügyi osztályvezetője.

A 42 éves B. Lászlóné három kisgyermekével élt a Bán Aladár utcában, felnőtt fia már külön lakott. Az asszony előzőleg úgy tervezte, hogy lányával Csorna mellett élő nagyjánál tölti a hetet, ő azonban ügyei intézése miatt pénteken visszatért Győrbe. A nagymama a gyerekeket szombat reggel feltette a buszra,

majd hívta az édesanyjukat, hogy várja őket a buszpályaudvaron. Mivel B. Lászlónét nem találták, a lányok gyalog indultak haza, ám a lakásba nem tudtak bemenni, bátyjukat hívták. A lakásba lakatos segítségével jutottak be, akkor találták meg a földön fekvő anyát – mondta Károlyi Zoltán.

A helyszíni szemle idegenkezűségre utaló körülményt talált, s a vasárnapi boncolás megerősítette, hogy a nő bűncselekmény áldozata lett.

Vidákovich Gábor alezredes, az ügyfel foglalkozó kiemelt főnyomozó kifejtette, a nyomozás során az asszony korábbi élettársa, a 41 éves P. Ottó került a rendőrség látókörébe. A férfi korábban egy budapesti bútorgyártó cégnél dolgozott, többek között ahhoz a céghez is szállítottak árut, ahol B. Lászlóné dolgozott. Kapcsolatba kerültek egymással, s egy idő után a férfi áthelyezését kérte Győrbe. A férfi másfél évig élt együtt a nővel, ám kapcsolatuk hamar megromlott, veszekedéseik miatt gyakran hívták hozzájuk a rendőrséget. P. Ottó azután is rendezni szeretne volna kapcsolatát az asszonnyal, hogy az már kiadta az útját.

A tragédia előtti éjszaka a gyanúsított a nő lakásában, de külön szobá-



ban aludt. Reggel ismét békülni akart, de közeledését B. Lászlóné elutasította. Veszekedni, majd dulakodni kezdtek, a férfi előbb kézzel, aztán törökzövel fojtogatta a nőt.

A férfi állítása szerint az asszony még élt, amikor otthagyta. A gyanúsított 100 ezer forintot magához vett, és elvitte az asszony két mobiltelefonját, elmondása szerint a híváslistán akarta ellenőrizni, hogy a nő milyen férfiakkal tart kapcsolatot.

P. Ottó Győről Budapestre utazott, ott a Dunába dobta a telefonokat és az asszony lakásának kulcsát, majd egy váci ismerősénél húzta meg magát, ott fogták el a rendőrök.

Szerdán a Győr Városi Bíróság harminc napra előzetes letartóztatásba helyezte a férfit. Máté Kinga, a megyei törvényszék szóvivőjének tájékoztatása szerint a végzés jogerős, mivel sem a gyanúsított, sem védője nem fellebbezett. A döntés indokai között említette a bűncselekmény kiemelkedően súlyos voltát és a magas – öt-tizenöt évnyi – büntetési tétel mellett azt, hogy a férfit rejtőzködése során fogták el, újabb szökésének veszélye szabadlábon hagyása esetén fennállna. Feltehető az is, hogy szabadlábon hagyása „hátrányosan befolyásolná a büntetőeljárás zavartalan lefolytatását”.

Károlyi Zoltán rámutatott, kilenc éve nem volt olyan emberölés megyénkben, amikor ne találták volna meg az elkövetőt.

Egységes kerékpárhálózatot építenek ki

SZERZŐ: ZOLJÁNSZKY ALEXANDRA
FOTÓ: O. JAKÓCS PÉTER

Biztonságosabbá válik Győrben a kerékpáros közlekedés: a város négy központi településrésze (Nádorváros, Adyváros, Gyárváros, Marcalváros I.) között egységes úthálózatot építenek ki – számolt be Radnóti Ákos önkormányzati képviselő a Kodály Zoltán út és az Ifjúság körút kereszteződésénél tartott sajtótájékoztatón.

A fejlesztés két ütemben valósul meg, az első a következő kerékpáros útvonalakat érinti: Ifjúság körút–Vasvári P. u.–Lajta út, Kálvária út–Tihanyi Á. út közötti kerékpáros nyomvonal, Bartók B. út–Szent Imre út, illetve a Kálvária út–Szigethy Attila úti szakaszt.

Radnóti Ákos elmondta, összesen közel 6 kilométer hosszan épül biciklis út, ez jelentősen könnyíteni fogja a közlekedést azáltal, hogy a kerékpáro-



sok a számukra kijelölt biztonságos szakaszon haladhatnak. A létrejövő kerékpárforgalmi hálózatban 20 kiemelt forgalmi csomópontot alakítanak át. A fejlesztés egy uniós projekt által valósul meg, melynek keretében

kerékpáros szemléletformáló kampányt is szerveznek, valamint 7 közintézmény közelében 75 darab kerékpártámaszt helyeznek ki.

Az első ütem várhatóan 2013 áprilisára készül el, a második ütem közbe-

szerezése év végén kezdődik, így jövő év tavaszán kerülhet sor az újabb építésre és felújításra a Mészáros Lőrinc út kerékpáros nyomvonalán, valamint a Kandó K. út–Hűtőház út között.

Az önkormányzati képviselő kifejtette, a program illeszkedik az elmúlt években megkezdett adyvárosi fejlesztésekhez. Emlékeztetett rá, tavaly az Ifjúság körút világítása az egész utcában megújult, és egy megvilágított gyalogos-átkelőhelyet is átadtak, illetve idén a Szabolcska utca lett 20-30 százalékkal világosabb esténként az új közvilágításnak köszönhetően.

A mostani beruházás „Győr Megyei Jogú Város kerékpárforgalmi hálózatának fejlesztése” címet kapta, és a Nyugat-Dunántúli Operatív Program keretein belül valósul meg, összköltsége csaknem 207 millió forint, melynek 10 százalékát biztosítja az önkormányzat, 90 százalékát pedig az Európai Unió és a magyar állam.

Ápolói pálya: nincs vonzerő, nincs utánpótlás

SZERZŐ: ZOLJÁNSZKY ALEXANDRA
FOTÓ: ILLUSZTRÁCIÓ

„Megkockáztatom, hogy a dolgozóink nagy része kiégett” – nyilatkozta lapunknak Csordás Adrienn, a Petz Aladár Megyei Oktató Kórház ápolási igazgatója annak kapcsán, hogy a közelmúltban Győrben tartották a Pszichiátriai Szakdolgozók XIII. Országos Konferenciáját, ahol a szakma aktuális kérdéseiről érkezett a közel 260 résztvevő.

A konferencia legégetőbb kérdése arról szólt, hogy egyre kevesebben választják az ápolói pályát, és ha a pszichiátriát nézzük, addiktológusnak is kevesebben tanulnak, betegből viszont egyre több van. Meddig tartható a rendszer?

Ez az egész országban jellemző probléma, sokan hangsúlyoztatják, hogy a 24. óraban vagyunk. Nagyon nehéz a helyzet orvosi és szakdolgozói vonalon is. Nincsen utánpótlásunk, hiányzik a vonzerő, nincs meg a fiatalok motivációja. Az itt lévő dolgozóknak pedig nem tudunk megtartó erőt biztosítani, juttatásokkal sem tudjuk ösztönözni őket. Akik jelenleg dolgoznak a rendszerben, azért vannak itt, mert a hivatásuknak élnek, és még nem léptek másik irányba. Valahogy muszáj lesz pótolnunk a nyugdíjba menő, illetve elmenekülő embereinket. A szakápolói képzés magas szintű, vonzóvá kellene valahogy tennünk az ápolói pályát, illetve a pszichiátriai szakápolói hivatást.

Van erre remény a közeljövőben?

A remény hal meg utoljára. Úgy néz ki, hogy lehetőség lesz arra, hogy újra induljon ápolói képzés a szakközépiskolákban. Talán ez a rendszer biztosabb lábakra állítaná az egészségügyi szakdolgozók kérdését.

Akik még dolgoznak, azok hogy bírnak?

Nehezen. Ugyanúgy, ahogy a lakosságnál érezhető, hogy egyre feszültebbek, túlterheltebbek vagyunk, úgy az egészség-

ügyi szakembereknél is érezhető ez. Megkockáztatom, hogy a dolgozóink nagy része kiégett.

A konferencia sajtótájékoztatóján elhangzott, hogy a kórházi ágyak egyötödét a pszichiátriának tartják fenn. A 300 ágy soknak tűnik, nevezhető súlyosnak a helyzet?

Igen, mert egyre több páciensünk van, akit pszichiátriai problémával kezelünk. Ez a társadalmi változásokból, a gazdasági helyzetből, a nehéz, válságos időszakból következik.

Az is elhangzott, hogy egyre több az agresszív beteg.

mint mondjuk egy vakbélgyulladás. Hozzáteszem, hogy az két-három hét alatt gyógyul, a pszichiátriai betegség sokszor egy életen át tart. De minden egészségügyi dolgozónak egyformán kell kezelnie minden beteget.

Tud a szakápoló azonosulni ezekkel a betegekkel, egyáltalán, kell, hogy azonosuljon velük?

Természetesen. Egy egészségügyi dolgozó attól lesz jó ápoló, orvos, hogy empatikus a betegek iránt, átérzi a problémájukat, megpróbál nekik segíteni. Nagyon kevés az, hogy a beteg-



Tapasztaljuk, hogy nemcsak a pszichiátriai osztályon, hanem a többi osztályunkon is vannak ilyen problémák. Több az agresszív megnyilvánulás a dolgozók irányába, mint pár évvel, évtizeddel ezelőtt. Egyelőre nagyon kirívó esetünk nem volt, még tudják kezelni a dolgozóink ezeket a komplikációkat.

Mit gondol, lehet előítéletek nélkül pszichiátriai betegeket ápolni?

Remélem. Ma már sokkal elfogadóbb a társadalom a pszichiátriai betegek iránt, mint korábban, de még mindig érezhető az előítélet, nehezebben fogadják el a pszichiátriai betegséget,

illetve elé tesszük tálcán az ebédet. Nem ettől fog meggyógyulni, hanem attól, hogy hogyan tudjuk lelkiileg vezetni, hogy tudjuk az ő lelkét gondozni, megnyire tudjuk meggyőzni arról, hogy működjön együtt velünk, és bízzon az egészségügyi ellátókban, a rendszerben. Nagyon lényeges az is, hogy visszajárjanak a betegek kontrollvizsgálatokra, gondozásra.

És ha nincs meg a betegekben az akarat?

Akkor sokkal nehezebb a helyzetünk. Ahhoz, hogy a beteg meggyógyuljon, az is kell, hogy ő akarjon meggyógyulni.

Kiizzadtuk az idei nyár legforróbb ajánlatát: Július utolsó két hetében a kedvezményt celsiusban mérjük!

°C = %

Júliusban annyi százalékkal csökkentjük bútoraink árát, ahány fok volt az előző napi budapesti középhőmérséklet. Az akció az üzletekben megjelölt termékekre vonatkozik.

Az akció 2012. július 16-31-ig érvényes.

Győr, Csipkegyári u. 11. (a Duna Centerben)
www.quattromobili.hu

QuattroMobili
Egy életre szóló otthon

Növekvő városi bevételek

SZERZŐ: PAPP ZSOLT
FOTÓ: O. JAKÓCS PÉTER

A tavalyi év hasonló időszakához képest mintegy 106 millió forinttal nőtt az önkormányzat adóbevétele és az ingatlanértékesítésből származó bevétel is jelentős növekedést mutat.

Simon Róbert Balázs alpolgármester az idei év első félévének adóbevételeiről és a vagyonértékesítésből származó bevételekről adott számot. Kiemelte, a város költségvetésének főösszege 40,3 milliárd forint, a bevételi oldal mintegy negyven százalékát a vizsgált adónemek teszik ki.

A helyi vállalkozások újra magukra találtak

Pozitívként értékelte, hogy 2012. június 30-ig 6 milliárd 939 millió forint iparüzési adó érkezett be, ami közel százmillió forinttal magasabb, mint amennyi 2011 hasonló időszakában realizálódott. Az alpolgármester szerint ez a növekmény azt mutatja, hogy a helyi vállalkozások a válság után újra magukra találtak és egyre jobban teljesítenek.

Építményadóból mintegy 958 millió forint folyt be, amely nagyságrendileg azonos az egy évvel korábbival. Az idegenforgalmi adó bevételei tízmillió forinttal növekedtek, ebből az első félévben több mint 39 millió forint realizálódott. A tavalyi első félévhez viszonyítva több mint 34 százalékos növekedés jól mutatja városunk idegenforgalmának jelentős erősödését. Győr kínálata egyre több turistát és üzleti

vendéget vonz szálláshelyeinkre – fűzte hozzá az alpolgármester.

A gépjárműadó az elmúlt évihez hasonlóan alakult, az első félévben mintegy 555 millió forint folyt be. 2012. június 30-ig tehát összességében több mint 8,3 milliárd forint került a kasszába a feltüntetett adónemekből, ami közel 106 millió forintos növekedést jelent a 2011-es év hasonló időszakához viszonyítva.

Simon Róbert Balázs az ingatlanértékesítésből származó első féléves bevételt is értékelte, amely ugyancsak jelentős növekedést mutat az elmúlt évekhez képest. 2012 első félévében a vagyonhasznosításból származó bevétel meghaladta a 335 millió forintot,

nem számolva az elővásárlási joggal rendelkező lakások értékesítését. Ez az összeg tavaly egész évben nem érte el a 200 millió forintot, 2010-ben pedig 330 millió forint volt.

Az értékesített ingatlanok közül a legnagyobb tétel a volt adyvárosi autóbusz-decentrum területe, amely mintegy 136 millió 600 ezer forintos bevételt jelentett. Szintén jelentős összegű a Baross Gábor út 28. szám alatti ingatlan önkormányzati tulajdonban álló lakásainak és üzleteinek liciten történő értékesítése, amely mintegy 80 millió forintos bevétellel zárult.

Összességében több mint 1,5 milliárd forint értékben kínál vagyonelemeket megvételre a város, ezek közül a legnagyobb tétel az egymilliárdot önmagában is meghaladó Szigethy A.–Fehérvári út–Ifjúság krt. melletti beépítetlen terület. Az önkormányzat előzetesen egyébként az egész évre 600 millió forintos ingatlanértékesítési bevételt tervezett, amelynek közel 56 százaléka az első félévben már teljesült.



Egyetemi kooperáció: Járműipari hálózat

SZERZŐ: SZIGETHY TEODÓRA
FOTÓ: O. JAKÓCS PÉTER

A győri Széchenyi István Egyetem és a veszprémi székhelyű Pannon Egyetem sikeres alap kutatási projektet hajtott végre az elmúlt két évben, amelynek járműipari, energetikai és környezeti kutatásai elengedhetetlenek a közép- és nyugat-dunántúli régiók versenyképességének növeléséhez. A felsőoktatási intézmények közötti példaértékű együttműködés tudományos eredményei mellett megvalósult a magyar járműiparban érintett felsőoktatási intézmények és iparvállalatok szervezett formában történő együttműködése.

A Széchenyi István Egyetem és a Pannon Egyetem munkatársai a környezetkímélő és energiahatékony közlekedés feltételeinek megteremtésére, járműipari termékek, technológiák és üzemyagok fejlesztésére irányuló alap kutatásokat végeztek az Európai Unió és a Magyar Állam által 3 milliárd 19 millió forinttal támogatott Mobilitás és környezet: Járműipari, energetikai és környezeti kutatások a Közép- és Nyugat-Dunántúli Régióban című projekt keretében.

A projektben 260 oktató és közel 100 PhD-hallgató vett részt, akik közül többen fokozatot szereztek a projektben végzett tudományos munkájuk eredményeként. A kutatás eredményei 12 tudományos könyvben, illetve monográfiában, több mint 300 hazai és nemzetközi szak-

mai folyóiratban és konferencia-kiadványban jelentek meg, valamint beépültek az oktatásba. A projekt eredményeként a kutatók több szabaddalmi bejelentést is tettek.

A projekt során a szellemi potenciál fejlesztése mellett két intézmény összehangolt K+F infrastruktúra-fejlesztést is megvalósított. Ezeknek köszönhetően a konzorcium képessé vált a legkorszerűbb eszközök használatának oktatására és versenyképes K+F szolgáltatások nyújtására. A két egyetem egy országos járműipari együttműködési hálózat létrehozására tett kezdeményezése is megvalósult: hét felsőoktatási intézmény írta alá a Járműipari Felsőoktatási és Kutatási Együttműködési Megállapodást. Az együttműködésben aktív szerepet vállal a Magyar Tudományos Akadémia Számítástechnikai és Automatizálási Kutatóintézete is, valamint a megállapodáshoz csatlakozott számos autóiipari vállalat, szakmai szervezet és megyei kereskedelmi és iparkamarák.

Szekeres Tamás, a Széchenyi István Egyetem rektora sikertörténetnek nevezte a magyar felsőoktatás történetében egyedülálló együttműködés megszületését, ami a projekt lezárásával nem ér véget. Az aláírók a jövőben a járműipar igényeinek megfelelő szakos tananyagát és az oktatási módszereket közösen fejlesztik, egyeztetik az akkreditációs tevékenységüket, kialakítják a gyakorlatorientált (ún. duális) képzés egységes szerkezetét és tartalmát, valamint együttműködnek járműipari K+F projekteknél, és céljuk, hogy közösen induljanak európai uniós pályázatokon.



Alapkövetétel az ipari parkban

SZERZŐ: OZSVÁRT TAMÁS
FOTÓ: O. JAKÓCS PÉTER

A Győri Nemzetközi Ipari Park történetének egyik legnagyobb beruházásába kezdett ezen a héten a Rehau Automotive Kft. A befektetés jelentőségének megfelelő alapkövetelési ünnepséggel indította útjára az építkezést a még ma is családi tulajdonban lévő, az autóalkatrész-gyártás mellett a bútór- és építőiparból is jól ismert, 50 országban, 170 telephelyen mintegy tizenötezer alkalmazottat foglalkoztató német vállalat menedzsmentje.

Markus Grundmann, a cég ügyvezetője az ünnepségen elmondta: az ipari parkban megvásárolt mintegy 10 hektáros területen a 41. gyártóegységük jön létre, amelyben – a 2005-ben megkezdett beszállítói tevékenység folytatásaként – első és hátsó lökhárítókat gyártanak majd a Győrben készülő Audi A3-as és TT modellekhez, valamint a pozsonyi összeszerelésű Q7-esekhez, évente mintegy 500 ezer darabot. Az előállítás a teljes gyártási folyamatot lefedi a legmodernebb, saját fejlesztésű technológiák



alkalmazásával, köztük egy új eljárást alkalmazó fényezőüzem munkába állításával.

A beruházás értéke 60 millió euró (mintegy 17 milliárd forint), 985 millió forintos állami támogatással, utóbbinak 85 százaléka európai uniós forrásból származik. Ebből az összegből összesen 26 ezer négyzetméteren fröcsöntő- és lakkozóüzem, raktár csarnok és kétszintes irodaház épül, me-

lyekben 200 új munkahelyet teremt a Rehau. A 150 termelésben dolgozó munkatársat a fröcsöntőgépek kezelésére, szerszámkészítésre, karbantartásra, raktározási feladatok ellátására, gépbeállításra, robotprogramozásra, betanított összeszerelői munkára alkalmazzák, de szükség lesz mérnökökre és minőségi technikusokra is. A befektető a győri beszállítók termékeire és szolgáltatásaira is számít.

A gyár alapkövének letételénél jelen volt az önkormányzat képviselőjében dr. Somogyi Tivadar alpolgármester, aki megerősítette: a város továbbra is arra törekszik, hogy ideális környezetet biztosítson a befektetők számára, és együtt gondolkodik a már meglévő és a jövőben letelepedni szándékozó vállalkozásokkal a fejlesztési lehetőségekről, melynek egyik fontos pillére a piaci igényeknek megfelelően átalakított helyi szakképzési rendszer.

Hidvéghi Balázs, a Nemzetgazdasági Minisztérium külgazdaságért felelős államtitkára kiemelte a magyar gazdaság termelésre, iparra épülő profiljának erősítésére irányuló kormányzati szándékot, ami ennek a beruházásnak a támogatását is ösztönözte.

Várhatóan még ebben az évben felépül a gyártócsarnok, ezt követően kezdődhet a technológia, a berendezések telepítése, majd 2013-ban a termelés. A most induló beruházás tervezésénél a tulajdonos már figyelembe vette egy második ütemű fejlesztés megvalósításának lehetőségét is.

Könyvtárosok tanácskoztak Győrben

SZERZŐ: Z. A.

Győrben tartotta 44. vándorgyűlést a Magyar Könyvtárosok Egyesülete. Közel 200-an vettek részt a háromnapos rendezvényen, melyen a szakma jelenéről, jövőjéről, feladatairól tanácskoztak a szakemberek.

Bakos Klára, a Magyar Könyvtárosok Egyesületének alelnöke kifejtette, a társadalmi változások folyamatos megújulásra kényszerítik a könyvtárakat. A konferencia idején szlogene a „Stabilitás-Innováció-Inspiráció. Könyvtárak változó környezetben” volt, ezzel is kifejezve a célt, hogy a bibliotékák stabil, innovatív intézményekké váljanak. Bakos Klára elmondta, rengeteg feladatuk van a magyar könyvtárosoknak, és a sikerhez a meglévő szakmai ismeretek mellett alapvető szemléletbeli változásokra van szükség. Gyorsan kell reagálni a változásokra, például az e-book elterjedésére, amely jelentős kérdés lesz a szakma jövőjében.

„Gyakran felteszik a kérdést, hogy az e-book vetekedhet-e a könyvvel?

Szerintem a válasz nem, mert a könyv egyik létezési módja az e-book” – emelte ki, és hozzátette, a digitális műveltség elsajátításában a könyvtárak markánsan részt vesznek.

A jövőben lényeges szerepet kap kutatás-fejlesztés is, illetve a szociokulturális programok jelentősége is nő. A fenntarthatóság érdekében szükség van a szemléletváltásra, a szolgáltatások középpontjába a felhasználói igényeket kell állítani.

A konferencia sajtótájékoztatóján részt vett L. Simon László kulturális államtitkár is, aki arról beszélt, hogy terveik szerint a jövő évtől a megyei könyvtárakat a megyeszékhelyek fogják működtetni úgy, hogy azok továbbra is ellássák a megyei könyvtári feladatokat.

Kiderült, a magyarok mintegy 24 százaléka könyvtárhhasználó. Az adataira Bakos Klára úgy reagált, ez még közel sem az álmaik csúcsa. Végül felhívta a figyelmet, hogy a könyvtár érték- és haszonteremtő, az információ- és inspirációszerzés legfontosabb forrása.

Megrendeléskor kérjük, hivatkozz a Győr+ hirdetésre!



Zene füleidnek!

Új internet- és tévé-előfizetéshez most Philips 2.1-es hangfalszettet vagy fejhallgatót adunk ajándékba!*



Ügyfélszolgálat: 1203
www.vidanet.hu
www.facebook.com/vidanet



* Ajánlatunk új KábelNet 20, KábelNet 40, KábelNet 60, D+III. és Analóg III. rendelésre vonatkozik. 2 éves határozott idejű szerződés kötése esetén. Az akció 2012. június 4-től visszavonásig érvényes. A tájékoztatás nem teljes körű. Bővebb információért keress az elérhetőségeinken!



Dr. Koppány Attila az idei Szent László-díjjal kitüntetettek egyike. A Széchenyi István Egyetem tanszék-vezető tanára a hivatalos indoklás szerint „a győri felsőfokú építészmérnöki képzés megteremtéséért, valamint kiemelkedő jelentőségű kutatási eredményei és tudományos munkássága elismeréseként” részesült az elismerésben. A mindeközben sokak által festőművészként (is) ismert professzor a leghatározottabban visszautasítja az időnként még mindig fülébe jutó „egy mérnök, aki elég jól füst” minősítést, hiszen saját bevallása szerint amennyire egyetemi tanár, épp annyira hivatásos képzőművész. Ez a párhuzamos dimenziókban sikeres pálya 1947-ben Enyingről indult, és a székesfehérvári diákéveken keresztül futott Győrig. „Más gyerekekhez hasonlóan én is előbb rajzoltam, mint írtam, csak az én munkáim jól felismerhetőek voltak” – mondja az indulásról a művész, aki végül a szülői szigornak köszönhetően választott polgári foglalkozást hivatása mellé. A festészettől soha nem hagyta elszakítani magát, ebben is megmutatkozott „buldogtermészete” – idézet tőle –, ahogy ennek a kitarásnak köszönhető a győri felsőfokú építészmérnöki képzés megteremtése is. A tudományos és művészeti pálya jelzőkövei a szerkezettanjegyzetek, publikációk, valamint közel kétezer kép, több mint száz kollektív kiállítás, 45 saját tárlat. A legutóbbi csütörtökön nyílt a zsina-gógában. A mérnöki stafétát az építészeti diplomamunkán dolgozó fiú viszi tovább, most éppen gyesen lévő lánya jogászként dolgozik. A három hónapos unokával büszkélkedő nagypapa hatvanon túl sem fél az újdonságoktól, borlovagként a hegyek levélével, újdonsült sielőként a hegyek lejtőivel kötött szorosabb barátságot.

„Azért absztraktak a fest mert korunk lényegének megragadására ez a for

SZERZŐ: OZSVÁRT TAMÁS
FOTÓ: O. JAKÓCS PÉTER

Melyik volt előbb, a mérnök vagy a festő Koppány Attila?

Egyértelműen a festő. Már gyerekkoromban ügyesen rajzoltam, amit visszaigazoltak az 1963-ban és '65-ben a keszthelyi Helikon Ünnepeken nyert aranyérmek. A székesfehérvári diákévek alatt szinte minden szabadidőmet képzőművészeti körökben, szabadiskolákban töltöttem, olyan mesterek vezettek, mint Áron Nagy Lajos vagy Ballagó Imre, akiktől különösen sokat tanultam a mesterségről.

Akkor nem is volt kérdés a továbbtanulás...

Számomra talán nem, de a szüleim számára igen. Bár négyéves koromban elváltak, abban azonos álláspontot képviseltek, hogy szó sem lehet a képzőművészeti főiskoláról, sőt, még az építész szakról sem, így lettem építőmérnök. Történt ez mindannak ellenére, hogy nagyapám bútortasztalokként nemcsak gyönyörű bútorokat készített, hanem komoly látványterveket is rajzolt, amelyek egyikét a lakásunk falán őrzöm. Apám figyelemre méltó színvonalon oktatott rajzot a kisiskolásoknak, anyám pedig akvarelleket festett.

Mennyire térítették el az egyetemi tanulmányok a művészeti tevékenységtől?

Az egyetemi évek úgy teltek, hogy napközben előadásokat hallgattam diáktársaimmal együtt, délutánonként, este pedig továbbra is festőművészetet tanultam. Sőt, a kollégiumban művészeti szakkört vezettem, műtermet alakítottam ki, a saját munkák mellett itt készültek a rendezvények dekorációi. Festészet tanultam, mondom, mert – az egyetem rajz és formaismereti tanszékének kurzuslátogatásain kívül – Luzsicza Lajos szabadiskolájában gyakorlatilag a mérnöki stúdióval párhuzamosan elvégeztem a képzőművészeti főiskolát. Az utolsó előtti műegyetemi szemeszterben Pogány Frigyes főigazgató ajánlotta, hogy különbözeti vizsga nélkül átvesznek a Magyar Iparművészeti Főiskola általam választott művészeti képzésére. Egy hetet gondolkodtam. De mivel már túl voltam a mumusnak számító matematika- és mechanikaszigorlaton, úgy döntöttem, inkább megszerzem a mérnöki diplomát.

A diplomával a kézben merre vitt az út?

Mivel társadalmi ösztöndíjam volt, visszamentem dolgozni Székesfehérvárra, ez egy hónapig tartott. Akkor megkerestek az induló győri főiskoláról, oktatónak hívtak. Meg kell mondanom, a bennem rejlő pedagógusvéna mellett a három hónapos nyári „alkotói” szünet kilátása is közrejátszott abban, hogy



Buldogtermészettel sikerült elérni, hogy a győri mérnökképzés európai uniós akkreditációval rendelkezik

ményeim, ma alkalmas”

Interjú Koppány Attila tanszékvezető egyetemi tanárral, festőművésszel



igent mondtam. 1968-as első önálló tárlatom óta akkor már rendszeresen állítottam ki, folytatni szerettem volna az intenzív művészeti tevékenységet.

Mire a legbüszkébb a tudományos pálya eredményeiből?

Természetesen az egyik legfontosabb eredmény az egyetemi szintű építészképzés megteremtése Győrben. 1986-tól tanszékvezetőként, a Baross Gábor Intézet vezetőjeként, főiskolai főigazgató-helyetteseként, majd egyetemi rektorhelyettesként mindvégig az intézményben folyó oktatómunka színvonalának emelésén és kiteljesítésén dolgoztam. Bár időnként gáncsolta a törekvéseinket a szakmai irigység, bulldogtermészetemmel sikerült elérni, hogy a budapesti műegyetemen kívül csak a győri mérnökképzés rendelkezik európai uniós

akkreditációval, az egykori kompresszorházból pedig olyan műteremépületet alakítottunk ki, amelyen még a budapesti intézménynek sincs.

Mindemellett hivatásos művésznek is tartja magát...

1971 óta tagja vagyok a Képzőművészeti Alapnak, illetve utódjának, a Magyar Alkotóművészek Országos Egyesületének. Ez a dolog formai része, a tartalmi pedig a vizuális művészetek születéstől való fertőzöttsége. Ezt a művészlétet tölti meg az a közel kétezer kép, amit festettem.

Ha már a szakmánál számba vettük, melyik alkotását tekinti legfontosabbnak?

Nagyon büszke vagyok a Memento I. című képre, amit az 1956-os forradalom 50. évfordulója alkalmából Mosonmagyaróváron rendezett orszá-

gos képzőművészeti kiállításon rendkívül neves zsűri értékelt a legkiválóbbnak. De négy festményemet őrzi a Magyar Nemzeti Galéria, másokat a győri városi és a Xántus-múzeum, és még több gyűjtemény.

Ezek jórészt absztrakt alkotások...

Festettem én korábban figurális képeket, portrékat, tájképeket is, ezekből sokat megvásároltak elsősorban az akkor még létező Képcsarnokon keresztül. De úgy érzem, az ábrázolónál sokkal szélesebb érzelmi-gondolati spektrumot tud átfogni az absztrakt festészet. Ezekben a műveken keresztül keresem és próbálok megmutatni, hogyan formálódik a világ, keresem a bennünket körülvevő univerzum képi logikáját. Míg a tudományban a valóság egy töredékét igyekszünk megragadni, az absztrakt művészet eszközével az emberi lét lényegét, a nem látható világot, a makro- és mikrokozmosz struktúráját viszem a vászraimra.

Besorolhatók a művek kategóriákba, korzakokba?

Minden kiállításra új képeket festek. Találok egy adott témát, gondolati kört, ebből születik 20-30 festmény. A korábbi alkotásokat a kritikusok, művészettörténészek konstruktivistának, aztán expresszív absztrakcionista minősítették, most leginkább lírai absztraktnak nevezik, és ezzel egyet is értek.

Értik az emberek ezeket a képeket?

Borzasztó hiányosságaink vannak a vizuális nevelés terén. Mindent előnt a harsányság, ahogy a diszkózenétől hallássérültté vált fiatalok érzékellené válnak a zenei finomságokra, úgy veszik el a képek iránti érzékenység. Egy angol művészettörténész szerint meghaltak a stílusok, az „-izmusok” – már csak a szenzácionizmus létezik. Azért absztraktak a festményeim, mert a saját korunk lényegének megragadására ez a forma alkalmas, ezzel vagyok képes közölni és érzékeltetni azt a komplexitást, amiben élünk. És aki nyitott szívvel hagyja magára hatni a képeket, a formákat, a színeket, a vibrálást, annak meg is fogna szólni.

Az életét végigkísérte a tudományos és a művészeti munka. Hol a közös pont, amitől a két tevékenység nem csupán párhuzamossággá, hanem azonossággá vált?

Mindig megkerestem azt a területet, ahol a saját kreatívomat leghatékonyabban tudtam érvényesíteni. Számomra maga a tevékenység a legfontosabb, az elmélyült, motivált alkotó tevékenység. Ahogy Csíkszentmihályi professzor mondja Amerikából: a „flow” állapotában létezés a boldogság azon állapota, amit a képzőművészek, előadóművészek és sportolók tudnak leginkább átélni.

Táncosnő anyaszerepben

SZERZŐ: FÖLDVÁRI GABRIELLA
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Kara Zsuzsannát három éve nem láthatjuk színpadon, a Győri Balett magántáncosát két csöppség, Virág és Zalán tartják otthon, anyaszerepben. Pontosabban tartották, hiszen Zsuzsó a következő évadban ismét táncolni fog.

Nehéz volt időpontot találni a beszélgetéshez. Az ikrek teljesen kitöltik a napjaidat?

Az ikrek és a tízéves Máté fiam mellett most Ákos öcsém két gyerekére is én vigyázok, így tényleg csak a délutáni alvásidőben tudok elszabadulni. Ilyenkor a nagymamák helyettesítenek. A párom rengeteget dolgozik, csak a hétfvégén ér rá a gyerekekkel foglalkozni.

Mindig is nagy családot szeretnél volna?

Igen, mindig arról álmodtam, hogy sok gyerekem lesz. Ha néhány évvel fiatalabb lennék, biztosan vállalnám a negyediket, az ötödiket...

Húsz éve vagy a Győri Balett tagja. Hogyan kezdődött?

Izgó-mozgó lányka voltam, művészi tornára jártam, aztán a szüleim olvastak egy hirdetést, hogy Markó Iván balettiskolát indít Győrben. Úgy gondolták, meg kell próbálnom. Kétszázötvenen jelentkezünk, huszonnégyen jutottunk be az osztályba. Családi történet, hogy a felvételre az öcsém is el-

kísért, akit többek között Gyimesi Tamás iskolaigazgató szeretett volna megnyerni növendéknek. Ákos nem állt kötélnek, politikus lett, országgyűlési képviselő.



Neked soha nem jutott eszedbe, hogy más pályát válassz?

Nagyon szerettem zongorázni, kacérkodtam a jogi pályával, a pedagógusi hivatással, de úgy alakult, hogy az 1992-es vizsgakoncert után egyéves meghívást kaptam a szentpéteryári Vaganova Balettakadémiára.

Melyik volt a legemlékezetesebb, legkedvesebb szereped?

Minden kapott szerepet megköszöntem és próbáltam alázattal, a ma-

ximumon teljesíteni, ahogy azt annak idején Markó Ivántól tanultam. Sok szép szerepem volt. Az Orfeóban Euridiké állt a legközelebb a szívemhez, harmóniában élt velem, kiteljesítette

Máté okos, nyitott, igazi tízéves nagyfiú. Ő szeptembertől a Kazinczy kisköznevelési iskolában tanul, az ikrek óvodások lesznek. Gyakorlatilag a gyerekekről szól az életem, de azért egye-

a nőiességemet. A Rómeó és Júlia, a Carmen is emlékezetes darabok a számomra, nagyon szerettem Robert North koreográfussal dolgozni. Nála éreztem leginkább annak a mondásnak az igazságát, hogy nincs nagy vagy kis szerep, csak jól vagy rosszul eltáncolt szerep van.

Tíz éve született Máté, három éve az ikrek, Virág és Zalán. Milyenek egy balett-táncos kilátásai három gyerekkel?

temre is járok, meg tanítok is a Lepke úti oviban, ahol balett-tagozat működik. Szeretek a kicsikkel foglalkozni, érdekel, hogy a tehetségüket, személyiségüket hogyan, mennyire lehet kibontakoztatni.

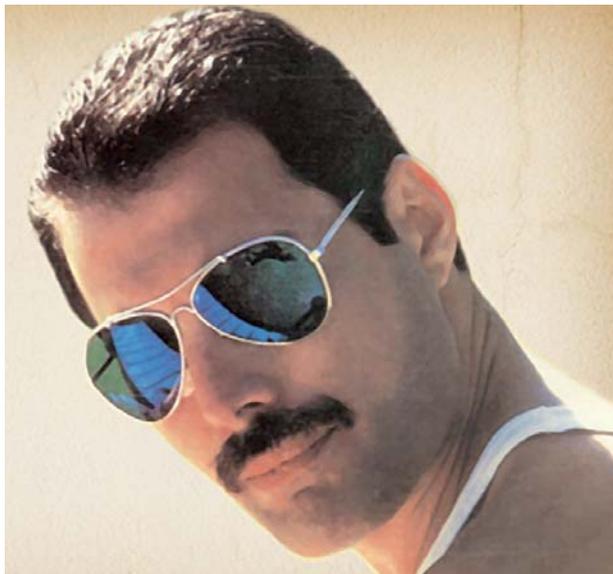
Rajtunk, felnőtteken múlik, mi lesz belőlük, milyen emberré válnak. Az is biztos, hogy szeptemberben, az új évadban visszatérek a társulathoz. Remélem, a Zorbában már színpadra léphetek.

Queen-émlékkoncert a víziszínpadon

SZERZŐ: FÖLDVÁRI GABRIELLA
FOTÓ: ILLUSZTRÁCIÓ

A győri nyár egyik legizgalmasabb koncertjének ígérkezik az a Queen-dalokból összeállított est, amely július utolsó hétvégéjén, pénteken és szombaton fél kilenckor kezdődik a víziszínpadon. A nyári zenés esték a Rába partján című sorozat szeánsz-koncertjét Miklós Tibor rendezte.

Az esten Freddie Mercury személyét és életművét idézik meg sok zenével, szöveges visszaemlékezésekkel, fényképekkel és videofelvételekkel. A látványos és rendhagyó koncerten a magyar zenei élet sztárjai, ismert alakjai lépnek színpadra. A legendás Queen-slágerek a rendező fordításában, magyar nyelven szólnak meg. A kifejezetten erre az elő-



adásra összeállt csapat tagja Tóth Gabi, Varga Miklós, Serbán Attila, Puskás Péter, valamint Szomor György.

Freddie Mercury indiai származású brit zenész, a Queen együttes frontembere, aki majdnem négyoktávnyi terjedelmű hangot birtokolt. Teátrális előadásával, narcisztikus és extravagáns mozgásával meghatározta az együttes stílusát. Fellépését olyan attrakciók jellemezték, mint a mikrofonállvánnyal való gitározás, a közönséggel vívott énekpárbaj. A rövid életű, hiperaktív tartott sztár így vallott magáról: „Van egy kemény, férfias leplem, amit a színpadon magamra öltök, de van egy lágyabb oldalam is, amely olyan olvadékonny, mint a vaj.”

Rossz idő esetén a koncertet július 29-én 18 és 21 órai kezdettel tartják meg. Jegyek az előadás előtt egy órával a helyszínen még válthatók.



A gyűjtés egy nagy kaland

SZERZŐ: GAÁL JÓZSEF
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

A Király utcai Esterházy-palotában augusztus végéig látogatható Gyimesi Edit és Rechnitzer János közös képzőművészeti kiállítása. A városi múzeum nyári kulturális ajánlatát már csak azért is érdemes elfogadni, mert a köztisztelőben álló győri házaspár tehetsége a ritkább fajtából való, nem festik, hanem gyűjtik a képeket. Villányi László költő mondta a tárlat megnyitására, hogy az érzékeny, tudatos ember műalkotássá akarja avatni életét, s ebben tengernyi segítséget kínál a művészet. A házaspár sajátos világot teremtett maga köré, ahova szép gesztusként a férj hatvanadik születésnapján a győri nagyközönség is beléphet.

A megnyitó után egy héttel sikerült szót váltanom Rechnitzer Jánossal, aki elmesélte, hogy gyűjtőszelvényét otthonról hozta, édesapjának köszönheti. Az egykori győri orvos a régi tárgyakat, bútorokat, órákat szerette, fia diákként a város környéki falvak, Nyúl, Pannonhalma öreg házainak padlásain kutakodott

Az érzékeny, tudatos ember műalkotássá akarja avatni életét

aratókancsók, bokályok után. Akkoriban még beengedték a házakba a haszontalan népi tárgyakat gyűjtő gyerekeket. Az iskolában is más világ volt, Rechnitzer János gimnáziumában, a Révaiban Cziráki Lajos, a későbbi Munkácsy-díjas festő tanította a 20. század művészetének történetét, és Kolozsváry tanár úr invi-

tálta magángyűjteményének kiállítására a diákokat.

A pécsi egyetemi évek, pontosabban a minden hónap első vasárnapján megrendezett pécsi régiségvásár jelentette a fordulópontot, Rechnitzer János vásárolni kezdett, kollekciójának első darabjai olcsón megszerezhető rajzok, grafikák, nagybányai kismesterek művei voltak. Az idővel, a ráfordítható pénzzel együtt gyarapodott a gyűjtemény, jöttek a Vaszary-tanítványként számon tartott Női Nyolcak, köztük Járity Józsa, Barta Mária és Muzslai Kampis Margit, majd koronaként Mattis Teutsch János alkotásai. Az avantgárd művészetek erdélyi születésű, európai rangú mesterének utolsó, 1960-ban lezárult korszakából ez a gyűjtemény dicsekedhet a leggazdagabb anyaggal.

Rechnitzer János a kilencvenes években többször megfordult Párizsban, így tehetett szert csinos kis kollekcióra olyan Franciaországban élő magyar művészek munkáiból, mint Hantai Simon, Hetey Katalin vagy éppen Pierre Székely. A győri kiállítás a gyűjtemény életútját követve utolsóként mutatja be a geometrikusokat, a MADI-mozgalom valóban mozgalmassá, ösztönös és ösztönző alkotásait. Rechnitzer János az MTA győri, regionális intézetében MADI-galériát működtetett, fővédnökként

huszonöt kiállítást rendezett nyolc év alatt. Azt mondja, a lendület mára alábbhagyott, de jó esélye van a folytatásnak. Ahogy kinéz, a magángyűjteményt sem kell féltetni a kiszáradástól, Rechnitzerék képzőművésznek tanuló lánya nyári művésztelepet működtet a család vászolyi nyaralójában. De ez már a 21. század.



A VILÁGHÍRŰ UKRÁN ÁLLAMI NÉPI EGYÜTTES - VIRSKY 10 ÉV UTÁN ÚJRA MAGYARORSZÁGON.

VIRSKY HUNGARIAN TOUR

2012.08.03. - 2012.08.12.
75 ÉV ♦ 60 TÁNCOS ♦ 50 DÍJ ♦ 1 NÉV
A NÉV, AMELY ÁTÍRTA A TÁNC TÖRTÉNELMET!



Jazz-vacsorák a Viatorban

A Sárík Péter Trió lép fel Jazz-kívánságműsorával a pannonhalmi apátság lábánál lévő Viator Apátsági Étterem és Borbárban július 27-én, pénteken este fél nyolckor. A billentyűs, dobos és basszusgitáros formáció hangulatos dallamai mellett természetesen a boré lesz a főszerep, a kóstolójegy ára 1500 forint, ez az összeg tartalmaz egy köszöntőtálat és jogosít a koncerten való részvételre. Jegyek kaphatók a Viator Étterem és Borbárban (Pannonhalma, Kosaradomb; 96/570-200; www.viator.co.hu) és a Bortársaság Győr üzletben (Győr, Jedlik Á. u. 15.; 96/336-871; www.bortarsasag.hu). A rendezvényre való belépés kizárólag előzetes regisztrációval lehetséges.

A győri városháza mellől 18.30-kor kényelmes autóbussz indul a pincészethez, majd a rendezvény után kb. 22 órakor visszafelé. Buszjegy: 1.500 Ft/fő/retúr. Előzetes helyfoglalás szükséges! További programjainkat és csomagajánlatunkat keresse az étterem honlapján!

A rendezvénysorozat következő eseménye: augusztus 10., péntek: Pannonhalmi Jazz-Terasz – Friends Big Band&Malek Andrea. (X)

A csillagos ég a határ!

Az első ember Holdra lépésének és a világ legdrágább autójának, a magyar főtervezővel rendelkező holdautó elindulásának évfordulója közeleg. Ebből az alkalomból július 20-22-én mozgatható távcsövekkel és az egyetemi csillagvizsgáló műszerével megleshetjük az újhódat és az éppen esedékes csillagegyüttállást, illetve az égbolt titkait. A Mobilis Interaktív Kiállítási Központban csillagász és fizikus előadók mesélnek űrutazásról, űrtechnikáról, a csillagászat aktuális problémáiról, a Pillétől a MASAT-ig, Gagarintól Farkas Becsiig, a Szputnyiktól az ISS-ig. Foucault-ingával bebizonyítják, hogy tényleg mozog a Föld. Az érdeklődők saját kezűleg végezhetnek kísérleteket miniplanetáriummal, Kepler-lepedővel.

Árpa Attila: Tisztelegni szerettem volna a Szigetköz előtt

SZERZŐ: ZOLJÁNSZKY ALEXANDRA
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Győrben járt Árpa Attila, hogy dedikálja első, Holtomiglan című regényét az Ulpius-ház könyvesboltban. A kötet a '90-es években Magyarországon ténykedő alvilágot tárja az olvasó elé egy szerelmi szállal körbe-tekerve, nagy adag fikcióval megspékelve.

A Szerencsekerékben láthatjuk, hollywoodi filmet forgat, most pedig könyvének dedikálásán vagyunk. Szerencsésnek tartja magát?

Nem hiszem, hogy köze van ennek a szerencséhez. Komoly munka van emögött, a Szerencsekerék pedig inkább egy hobbinak tekintem, amit szívesen csinállok.

Nemrég megjelent könyvének van valóságalapja, de nem dokumentumkönyv, mert a valóság keveredik a fikcióval. Honnan, miből táplálkozik a fikció, és honnan ismeri a valóságot? Több ez az anyag, mint amit a híradókból, könyvekből tudunk, például kínzási módszerek jelennek meg benne...

A valós alapot olyan forrásokból merítettem, mint például az internet, rendőrségi vallomások, és beszéltem néhány olyan illetővel, aki érintett volt a témában, azaz az olajszökítésben, és ismerték a korszak maffiáját. A fikció pedig természetesen a fantáziámból született. De arra, hogy honnan jött egy kínzás ötlete, és miért, mikor jutott eszembe, arra már nem emlékszem.

A sajtóba a közelmúltban a Die Hardban vállalt szerepével került be. Azt olvastam, hogy bármire hajlandó egy szerep kedvéért. A Die Hardban van-e az eddigiekhez hasonló „áldozatvállalás”?

Nem azt mondtam, hogy egy szerepért bármire hajlandó vagyok, hanem ha kapok egy szerepet, azon belül bármit megteszek, amit kérnek tőlem. Tehát nincsen kaszkadőröm, és nem lenne gondom azzal sem, ha le kellene vetközönni. A Die Hardban még nem voltak, de nem kizárt, hogy lesz-

nek olyan jelenetek, ahol meredekebb események történnek. Addig, amíg a fizikai kondícióm rendben van, bármit megteszek.

A regényből készül film?

Tervezem, igen. A filmalaphoz már adtunk be pályázatot, mellékelünk a vírusfilmet is. Meg is lepődtek, mert ritka, hogy valaki úgy pályázik egy filmtérrel, hogy regényt mellékel, amit saját maga írt. **Tavaly forgattak egy német tévéfilmet Győrben. Ezt mi is láthatjuk valahol?**

A filmet már le is adták a német tévében, elég jó nézettsége volt. Tervezzük, hogy levetítjük Győrben is, hogy lássák, akiknek

rosnevek, ezért is került be Ásványráró, mert szép településnév, de furcsa. És picit tisztelegni szerettem volna a Szigetköz előtt.

Előző, leleplező könyvében a kereskedelmi televíziózás kulisszáiról ír. Azt mondta, soha többé nem szerződne ilyen tévéhez. Most a helyén van?

Abszolút. Pontosítok: kereskedelmi tévéműsört még gyártanék, mint producer, de önállóan. Egy televízió alkalmazásába már tényleg nem lépnek. Azért hagytam abba a kereskedelmi tévét, mert tele lett a hócipóm főleg azzal a nem létező színvonallal, amit a kereske-



delmi tévék ma képviselnek. A jelenlegi Való Világokat nézve tényleg már csak a hányinger kerülget, mindezt úgy, hogy az elsőt én csináltam. Most nincs főnököm, én vagyok a magam megrendelője, és mióta nem dolgozom a tévénél, egyszerűen olyan dolgok jönnek létre általam, amik miatt rádöbbenek, hogy sokkal régebben ott kellett volna hagyni az egészséget. Most már látom, hogy ez egy végtelen és felesleges mókuserék. Mióta kiléptem, megírtam a regényt, nekiálltunk az Argo 2-nek, és még egy csomó más dolog is elindult.

A Szigetközben házassodott össze feleségével, édesapjának Dunaszigeten háza is van, a könyvébe pedig beleesztett egy itteni települést, Ásványrárót. Gyakran jár ide?

Elég sokat, olyan földi paradicsom ez nekünk, ahol el tudunk bújni. Most is, ha végeztem, rögtön oda megyünk. Valamiért ebben a regényben nincsenek normális vá-

Időtálló viseletek a Magyar Ispitában

SZERZŐ: FÖLDEVÁRI GABRIELLA
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Divatos, időtálló, szép, egyedi, hordható, nagyjából ezeket a dicsérő jelzőket találják meg azok a hölgyek, akik T. Csapó Dorottya öltözképző ruháit hordják vagy látják. Ez utóbbira idén nyáron könnyen lehetősége nyílik bárkinek, Dorottya munkái augusztus végéig tekinthetők meg a győri Magyar Ispitában és a balatonfüredi Kisfaludy-házban.

T. Csapó Dorottya kislányként kényeztetett el a finom anyagok, a mesés ruhák. Szerencsés gyerek volt, bácsikái hajóbőröndökben küldték haza Hollywoodból a kisejtezett holmikat, melyekből itthon a nagynénik szabtak, varrtak új viseletet a számára. Csodaszamba ment, ahogy az ügyes kezek és a lábbal hajtott varrógépek jóvoltából az új darabok születtek. Dorottya ma is őríz néhány díszes, gyönyörű gombot, amelyeket ötévesen maga vágott le az amerikai szövetelekről. Azt mondja, sokat köszönhet a bácsikáinak, a nénikéinek, de a különleges ruhák iránti fogékonyságát a nagyszülőktől örökölte. A nagypapa textilmérnök, a nagymama profi varrónő volt. S akkor még nem említettük az édes-



apát, Csapó György építésmérnököt, akitől művészettörténet tanult, s aki miatt az ornamentika lelkes híve lett.

Dorottya minden családi sugallat ellenére óvónőként kezdte pályafutását, később a gyerekek elkötelezett barátjaként gyógypedagógiai tanárként tevékenykedett. Lánya születésekor döntötte el, hogy a hobbiának él, első lépésként elvégezte egy fővárosi iskola öltözképző szakát. A tanítást azért nem hagyta teljesen abba, ma a Kovács Mar-

git-iskolába járó diákok tanulhatnak tőle öltözködéskultúrát, stílust. Tanítványai három év alatt teljesen átalakulnak, felismerik az egyedit, a finomat, a szépséget, igazi egyéniséggé válnak.

T. Csapó Dorottya úgy számol, tervezőként eltöltött tizenöt évének három szakasza volt. Elsőként a népművészettel ismerkedett meg, s szép eredményeket ért el a ma már hungarikumnak számító motívumok felhasználásában. A második fázisban régi ko-

rokra jellemező ruhákat alakított át a mai kor képerre, nyugodt szívvel hordható, kényelmesen viselhető ruhadarabokat készített. A harmadik időszak a fiatalos stílus felfedezésével telik, zsinórokat, ásványokat, a természet legkülönbözőbb tárgyait varrja, applikálja farmerre, vagy akár egy pólóra is.

Egyedi ruhái feltűnnek a bálkon, az esküvőkön, s maga is saját tervezésű darabokat hord. Ha véletlenül készen vásárol, nem veszi fel addig, amíg nem alakította át ízlésének megfelelően. Örökbecsű darabokat készít, alkotásai több földrészt megjárta. Itthon nagy sikerű kiállítást rendezett a győri színházban, a városi múzeumban, három éve a pécsi színházi fesztiválon. Számos önálló tárlata volt országsszerte, s minden év augusztus 20-án jelen van a fővárosi várnegyed kézműves vásárán.

A győri ispitában augusztus végéig láthatóak a ruhái, miközben július 26-án a balatonfüredi Kisfaludy-házban, a Tagore sétányon nyílik Imrik Zsuzsa jelmeztervező iparművésszel közös kiállítása. A tárlat az Anna-bál és a füredi borhetek rendezvénysorozat része. T. Csapó Dorottya szerint manapság nem lehet megélni ruhatervezésből, de a tudását továbbadhatja tanítványainak, s kiállításain a nagyközönség is megismerkedhet azokkal az értékekkel, érzésekkel, amelyeket ruhái viselnek, közvetítenek.

Nemzetközi Művésztelep újdonságokkal

SZERZŐ: FÖLDEVÁRI GABRIELLA
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Negyvennegyedik alkalommal rendezik meg Győrben a Nemzetközi Művésztelepet. A város legjelentősebb képzőművészeti hagyományai között számon tartott rendezvényre ezúttal nyolc alkotót hívtak meg a házigazdák. A részletekről Grászli Bernadett múzeumigazgató számolt be lapunknak.

A hagyománytól eltérően idén egyhetes alkotóműhellyel kezdődött a művésztelep. Az Art Workshop elnevezésű program résztvevője öt fiatal festő és grafikusművész hölgy volt. A két ausztrál és három magyar művész az egy hét alatt közös alkotást hozott létre, a közös produktumot a nagyközönség a művésztelep záró kiállításán tekintheti meg. Grászli Bernadett még egy újdonságra felhívta a figyelt-

met, idén a Napóleon-ház négyszáz négyzetméteres kiállítási területén rendezik meg a záró kiállítást, ahol nemcsak a művésztelepen készült alkotásokat, hanem a résztvevők korábbi munkáit is bemutatják.

Maga a Nemzetközi Művésztelep július 16-án kezdődött és két héten át tart. A művészek festményeket, szobrokat, papírműveket, egyedi és sokszorosító grafikákat, installációkat készítenek a Grafikai Műhelyben, a múzeum papírrestaurátor műhelyében és a múzeum épületeiben kialakított alkalmi festőműtermekben. A művésztelep lakója a Nemzetközi Rajz és Képgrafikai Biennálé két szlovák díjazottja, Katarina Hutniková és Martin Ševčovič, a fődíjas Molnár Zsolt, a győri Tolnay Imre, továbbá Balogh István, Dobson Fanni és két ausztráliai művész, Laura Jade Hindes és Diák Mónika Viktória.

A két hét alatt a közönség több alkalommal találkozhat az alkotókkal.

Tolnay Imre képzőművész hétfőn hat órától a Kossuth utcai Alkotóműhelyben várja az érdeklődőket. Diák Mónika Viktória és Laura Jade Hindes ausztráliai képzőművészekkel kedden



hatkor lesz beszélgetés az Esterházy-palotában. Katarina Hutniková és Martin Ševčovič szlovák grafikusmű-

vészekkel szerdán, Balogh István, Dobson Fanni és Molnár Zsolt képzőművészekkel csütörtökön hatkor találkozhat a közönség, szintén az Esterházy-palotában. A művésztelep ha-

gyományosan kiállítással zárul, amely július 28-tól augusztus 31-ig lesz látható a Napóleon-házban.

Ma indul a Kisalföld Vágta

SZERZŐ: Z. A.
FOTÓ: BURGER BARNA

Ma rajtol a Kisalföld Vágta, a Nemzeti Vágta hivatalos előfutama, ahol régióink települései mérik össze tudásukat lóháton, hogy aztán a három legjobb az egész ország előtt bemutatkozhasson a Hősök terén. A gyirmóti programok vasárnapig tartanak, a szervezők az egész családot várják: a hivatalos vágta mellett lesznek többek között izgalmas lovas bemutatók, tehetségkutató, gyerekeknek pedig falu ördöge verseny.

A Kisalföld Vágta helyszíne idén is a gyirmóti Rodeo Ranch. A programok pénteken 16 órától kezdődnek, ekkor indul a Kisalföld Sztárja zenés-táncos tehetségkutató verseny. A vetélkedőre több kategóriában neveztek, jelentkezett például rockbanda, has-tánc csoport, hip-hop gyerekcsoport, latin táncos, és természetesen énekesek is fellépnek. Tóth Szilárd főszervező elmondta, a közönség szavazatai



is számítanak majd, ők is dönthetnek arról, hogy kik jussanak tovább a szombati döntőbe.

Másnap számos lovas program várja a gyerekeket és a felnőtteket egyaránt 10 órától: rendeznek többek között fogathajtást, hagyományőrző íjászversenyt és Toldi erősemler-próbát. Délután különböző futamok lesznek, például pónivágta, kamaszvágta, és a profik is megmérkőznek egymással a telivérfutamon. A különböző településekről érkező polgármesterek

fogathajtásban mérik össze tudásukat. Látványosnak ígérkezik a csikósvágta, melyen szőrén ülve kell lovagolni egy ovális pályán. A főszervező

A települések, melyek biztosan ott lesznek a Kisalföld Vágtán: Bagyoszóvát, Egyed, Gyirmót, Hédvár, Vámoszabadi, Tényő, Csetény, Ménfőcsanak, Nyúl, Écs, Halászi, Töltéstava, Kajárpéc, Gyórság, Szentgál

szerint az egyik legdinamikusabb és legveszélyesebb versenyszáma lesz ez a hétvégi programoknak.

Szombat este lovas show-műsort láthatnak az érdeklődők, többek között westernbemutatóval, szabad időmítással és lovagi tornával várnak mindenkit Gyirmótra. A show után pedig kiderül, ki lesz a „Kisalföld sztárja”, a tehetségkutató döntősei állnak ugyanis a színpadra.

A programok vasárnap is folytatódnak, 10 órától a vágtaikon részt vevő települések felvonulása nyitja a napot. Ezután kezdődik a gyerekek által nagyon várt falu ördöge verseny, melyen a legégetnivalóbb gyerkőcöt keresik, például gidafogó versennyel, zsákban ugrálással és kengyelhajtással. A megmérettésre a helyszínen is lehet még nevezni.

Délután több szórakoztató versenyszámmal készülnek a szervezők, például falu traktorosa versennyel, tarkavágtával, betyárversennyel, és lesz lovas kaszkadőrshow is.

Vasárnap délután rajtolnak a hivatalos vágtafutamok is, ekkor dől el, hogy melyik az a három település, amely képviseli a régiót a Hősök terén.

Széles választék grillezéshez

SZERZŐ: NAGY CSABA
FOTÓ: N. CS.

A grillezés napjainkban kedvelt szabadidős tevékenység. A hozzá szükséges alapanyagok beszerezhetőek többek között a vásárcsarnok emeletén található Széles húszületben is. A boltot üzemeltető családi vállalkozás 1990-ben alakult, azóta a vásárcsarnok mellett Ménfőcsanakon, Bonyben és Téten található húszületeikben várják a vásárlókat. Széles Zoltán

tulajdonos az üzletpolitikájukról szólva így fogalmazott: „Kezdetektől fogva a minőséget helyeztük előtérbe.”

A vásárcsarnokban lévő boltra is igaz, hogy a teljes választékban kapható sertés- és marhahús magyar eredetű. Több mint húsz éve ugyanazon receptek szerint készítjük minőségi termékeinket. Ízvilágunkat visszatérő vásárlóink már jól ismerik, nekik ezúton is köszönöm a húséget. Minőségi hústermékeket keresők számára pedig bizalommal ajánlom üzletünket.”

A grillezésre rátérve a tulajdonos a grillkolbászok közül ajánlja a hagyományos, a bajor és a sajtos változatot. A húskedvelői kaphatnak pácolt tarját vagy csirkemellfilét is. Az utóbbiakat kérésre külön fűszerezik, majd szakszerűen csomagolják is. Marhahúsból is nagy a választék, a hátszín grillen is ízletesen elkészíthető. Kerti parti előtt tehát érdemes átnézni a kínálatot, hiszen finom ételt csak megfelelő alapanyagokból lehet készíteni. Ehhez kívánunk jó időtöltést olvasóinknak.

Kereskedők jelentkezését várják!

A GYŐR-SZOL Zrt. és a KISOSZ közös kezdeményezése, hogy július 21-től minden hónap harmadik szombatján országos kirakodóvásár lesz a városréti piactéren (Győr Budai u. 1., Árkád mögött). Az eseményre várják kiskereskedők, kézművesek, manufaktúrák jelentkezését. Érdeklődni, jelentkezni lehet: piacok@gyorszol.hu vagy 96/418-509; 20/464-1757 (Rotter Zsolt). Az eseményt az országos vásárnaptárban is rögzítették.

Fogyasztói kosár:

Grillkolbász (hagyományos, bajor, sajtos)	1890 Ft/kg
Pácolt tarja	1750 Ft/kg
Sárgabarack	400 Ft/kg
Görögdinnye	200 Ft/kg
Szilva	300-400 Ft/kg
Ringlő	250-400 Ft/kg
Egres	1200 Ft/kg
Körte	200 Ft/kg
Nyári alma	250-350 Ft/kg
Padlizsán	250-500 Ft/kg
Csemegekukorica	80 Ft/db
Kapor	80 Ft/csomag



M1, július 20., péntek, 10:25

Egy pasi, egy nő, sok lé meg egy BMW

Francia vígjáték



Hősünk joggal érezheti, hogy minden rosszban van valami jó. Egy viharos családi veszekedéstől feldúltan éppen elviharzik otthonról sógora vadonatúj kocsijával, amikor a néptelen országúton egy pénzzel teletömött utazótáskát talál. Darrynak már-már sikerül is elrejtene a „kincset” az autóban, amikor egy csinos nő bukkán elő az út menti mezőről, és megköszöni, hogy gondjaiba vette a táskát. Darry nem tudja, hogy Irene egy politikai szeretője, aki illegális fegyverreladás üzletbe keveredett.

Viasat3, július 21., szombat, 19:00

Kedves John!

Amerikai romantikus dráma



John Tyree halk szavú, jóképű hivatásos katona az amerikai különleges alakulatnál, aki eltávoznival van Dél-Karolinában magányos édesapjánál látogatába. Savannah Curtis gyönyörű, idealista főiskolás lány egy jómódú családból, aki a tavaszi szünetét tölti otthon. Egy véletlen tengerparti találkozásnak köszönhetően halálosan egymásba szeretnek.

RTL Klub, július 21., szombat, 19:30

A gyűrű átka

Német-olasz-angol-amerikai kalandfilm

Siegfried herceg népét lemészárolja az ellenség. Az 11 éves hercegnek a folyón sikerül megszökönie üldözői elől. Egy idős kovács talál rá, magához veszi a fiút és Eric néven saját fiaként neveli fel. 12 évvel később Eric egy égi jelnek köszönhetően találkozik a gyönyörű leghőzhetetlen királynővel, akit leánygöz a férfi ereje. Egy csodálatos éjszaka után elválnak útjaik, ám Ericben felébred a vágy, hogy megtudja, ki is ő valójában.



JÚLIUS 20., PÉNTEK

M1
06:00 Híradó
06:20 Sport hírek
06:25 Időjárás-jelentés
06:30 Kastélyok és kúriák
07:00 Hírek
07:05 Másfélmillió lépés Magyarországon - 32 év múlva
08:00 Híradó
08:15 Sport hírek
08:20 Időjárás-jelentés
08:30 Balatoni nyár
10:25 Egy pasi, egy nő, sok lé meg egy BMW
12:00 Déli harangszó
12:01 Híradó délben
12:25 P'amende
12:55 Esély
13:30 Kasszasiker
14:15 Capri - Az álom szigete
15:10 Balatoni nyár
16:30 A korona hercege
17:45 Másfélmillió lépés Magyarországon - 32 év múlva
18:40 Everwood
19:30 Híradó este
20:00 Sport hírek
20:05 Időjárás-jelentés
20:15 Poén Péntek
21:10 Borvacsora
22:10 King
22:55 Michael Bolton koncertje a londoni Royal Albert Hallban

RTL KLUB	
06:05 Fókusz Reggel	
06:45 Jó reggelt, skacok!	
07:30 Reflektor Reggel	
07:40 Reggeli - Csak csajok	
08:20 A szerelem rabjai	
09:25 Győzike	
10:25 Top Shop	
12:05 Asztro Show	
13:10 Az éden titkai	
14:10 Séta a múltba	
16:15 Marichuy - A szerelem diadala	
17:20 Teresa	
18:30 RTL Klub Híradó	
19:10 Fókusz	
20:05 Sziklaöklű szerzetes	
21:05 CSI: Miami helyszínelők	
22:05 Ezek megőrültek!	
23:15 Helyszíni szemle	
00:20 Reflektor	
00:30 Törzsutas	
01:05 Nagygűyk	
01:55 Autómánia	

TV2
06:00 Alexandra Pódium
06:25 Tények Reggel
07:00 Mokka
09:35 Stahl konyhája
09:40 Babaperce
09:45 Teleshop
10:50 EZO.TV
12:25 A láthatatlan ember
13:15 A láthatatlan ember
14:25 Marina
15:25 Csoda Manhattanben
16:25 Másképpen - beszélgetések Joshi Bharattal
17:25 Tiltott szerelem
<i>Nihal és Behlül éjszaka összefutnak a konyhában, amit per-se Katja meglát és azonnal elmondja Firdeusnak. Az aszszony pedig ismét a számára testszó történetet kanyarítja ki belőle. Firdeus elmézi, hogy Ezel külföldi szerződéshez jusson, ezzel eltávolítva őt a Ziyagil családtól.</i>
18:30 Tények
19:30 Aktív
20:05 Ezek megőrültek!
21:05 Waterworld - Vízávilág
23:35 Aktív
00:05 Tények Este
00:40 EZO.TV
01:40 Waterworld - Vízávilág

DUNA TV
06:00 Kárpát Expressz (ism.)
06:30 Híradó
06:35 Slovenski Utrinki
07:00 Kvartett
07:30 Híradó
07:35 Századfordító magyarok
08:30 Híradó
08:35 Síriák hol domborulnak... Magyarországon tájégségei
09:00 Életképek
10:00 Család-barát
11:00 Cselengők
11:30 Térbék
12:00 Déli harangszó
12:02 Híradó - Déli
12:10 Vers
12:20 Kíváncsiak
14:15 Önök kérték!
15:05 Hagyaték
15:35 Székely kapu
16:00 Magyar első
16:20 Izőzök: Dunavecse
16:50 Messéli cégtáblák
17:25 Életképek
18:00 Híradó - 18:00
18:35 Kárpát Expressz
19:05 A Duna - Utazás inyenceknek
19:35 Sophie szerint a világ
20:05 Ménes élet
21:00 Híradó
21:05 Dunasport
21:10 A névtelen vár

VIASAT3	
05:40 Gyilkos sorok	
06:30 A Nagy Ó - The Bachelor	
07:20 Zsirégetők	
08:10 A nagy házalakítás	
09:00 Gyilkos sorok	
09:55 Doktor House	
10:50 Columbo: Kapj el, ha tudsz!	
12:15 A nagy házalakítás	
13:10 Miami Vice	
14:05 Miami Vice	
15:00 Harmadik műszak	
15:55 Harmadik műszak	
16:50 A főnök	
17:45 A főnök	
18:35 Egy kapcsolat szabályai	
19:05 Egy kapcsolat szabályai	
19:35 Jóbarátok	
20:00 Jóbarátok	
20:30 Doktor House	
21:20 Halott gengszterek	
22:55 Star Trek 6 - A nem ismert tartomány	
00:55 Halott gengszterek	

JÚLIUS 21., SZOMBAT

M1
05:25 Hajnali gondolatok
05:30 Erdőjárók
05:55 Magyar gaszda
06:25 Szellem a palackból...
06:55 Balatoni nyár
09:00 Mozdulj!
09:30 Lovastúra
10:00 Angi jelenti
10:30 Aranyfeszt 2012
11:00 KorTárs
11:30 Most a Buday!
12:00 Déli harangszó
12:01 Hírek
12:05 Kamera Korrektúra 2012
12:35 Zöld Tea
13:05 Boxutca - Forma-1 magazin
13:40 Forma-1 Német Nagydíj - Időmérő edzés
15:20 A Kamerun-hegy árnyéka
16:20 Doc Martin
17:10 Micsoda éjszaka!
18:30 SzerencseSzombat
19:30 Híradó este
20:00 Sport hírek
20:05 Időjárás-jelentés
20:15 DTK Arcok
21:10 Sherlock
22:45 A Bécsi Filharmonikus zenekar nyári hangversenye a Schönbrunni Kastély parkjából
Holdrakéta - Az Apollo 11 repülése
00:20

RTL KLUB
07:00 Kölyökklub
10:05 A dinoszauruszok királya
10:30 Asztro Show
11:25 Törzsutas
12:00 Autómánia
12:35 Jópofa kofa
13:05 Édes, drága titkaink
14:10 Chuck
15:15 Agymenők
15:50 Agymenők
16:20 Átkozott boszorkák
<i>Sally és Gillian, a két testvér mindig tudta, hogy nem olyan, mint a többi gyerek. Szülei halála után külön nagynénjéik nevelték őket, és a háztartásuk egy cseppet sem volt hétköznap, már kiskoruktól gyakorolták a családjukban generációról generációra öröklődő varázslást.</i>
18:30 RTL Klub Híradó
19:00 Fókusz Plusz
19:30 A gyűrű átka
23:20 Slither - Féltél már nevetve?
01:05 Fókusz Plusz

TV2	
06:00 Látélet a Földről	
06:25 Tv2 matiné	
09:30 EZO.TV	
10:00 Babavilág	
10:25 9 hónap	
10:50 Propaganda	
11:50 Tequila és Bonetti legújabb kalandjai	
12:50 Duval és Moretti	
13:50 Sheena, a dzsungel királynője	
14:50 Bűbajos boszorkák	
15:50 Rejtélyek kalandorai	
16:50 Sas kabaré	
17:55 Activity	
18:30 Tények	
19:00 Aktív Extra	
19:35 Evolúció	
21:30 Cloverfield	
23:00 Luxusdoki	
00:00 A médium	
01:00 EZO.TV	
02:00 Kalandjárt	

DUNA TV
05:25 Balatoni utazás
06:00 Gazdakör
06:25 VI. Nemzetközi Cirkuszfesztivál Budapest
07:25 A peleskei nótárius
08:45 Duna anix
09:05 Daktári
10:00 Élő egyház
10:30 Isten kezében
11:00 Új nemzedék
11:30 Munka-Társ
12:00 Déli harangszó
12:02 Híradó - Déli
12:10 Vers
12:15 Száműzött magyar irodalom
12:45 Vannak vidékek
13:15 Heuréka! Megtaláltam!
13:40 Síriák hol domborulnak...
14:10 Talpalatnyi zöld
14:40 Pannon expressz
15:10 Tánccvarázs
16:05 A nagy Waldo Pepper
18:00 Híradó - 18:00
18:35 Hogy volt!?
19:30 Születésnap
20:20 Születésnap
21:15 Kultikon +
22:05 Dunasport
22:15 Kromofóbia
00:30 Senkinek sem kellene meghalnia
01:25 Kada Ad Libitum

VIASAT3	
06:10 A Nagy Ó - The Bachelor	
07:00 Ki ez a lány?	
07:50 Elvált Gary	
08:15 Elvált Gary	
08:40 Zsirégetők	
09:30 Gordon Ramsay - A konyha öröge	
10:25 Columbo: A szuperintelligens gyilkos csödjé	
11:50 Don Camillo Monsignore... de nem túlságosan	
14:10 Légy résen!	
16:05 Lucky Luke	
17:10 Szépség és a szörnyeteg	
19:00 Kedves John!	
21:00 Sárkány osztag	
23:15 Egy szőkénel jobb a kettő	
01:10 Xanadu	
02:55 Sárkány osztag	

győr + rádió FM 100,1

AKKR LAJSTROMSZ. (0384) FM LAJSTROMSZ. (08-0079-04)
WWW.HATOS.HU
NÉMET: 3630/9862800 ANGOL: 36-30/2548521
ÜLATIN ÉS OROSZ SZEKCIÓ: 36-30/5201895
FORDÍTÁS: 06-20/2539190

NYÁRI INTENZÍV ANGOL ÉS NÉMET NYELVTAN-FOLYAMOK, VIZSGAELŐKÉSZÍTŐK VIII. 13-24.

- Rendkívüli akciók a 15 éves Hatós és Társa Nyelviskolában (információk a honlapon)
- Spányol, olasz, orosz, francia nyelvtanfolyamok egyénileg vagy tanulópárban
- Gazdasági, turisztikai szaknyelvi kurzusok augusztusban

Hatos
AKKREDITÁLT NYELV-VIZSGAHELY

JÚLIUS 22., VASÁRNAP

M1

05:25 Hajnali gondolatok
05:30 Esély
05:55 Magyar gazda
06:25 Lovastúra
06:55 Balatoni nyár
09:00 Engedjétek hozzám
09:05 „Így szól az Úr!”
09:10 Katolikus krónika
09:40 Tanúságtevők
10:05 Semmi szenvedés - Pilinszky
10:15 A Biblia a magyar képzőművészetben
10:30 Református magazin
10:55 Baptista ifjúsági műsor
11:05 Az evangélikus egyház szeretetszolgálat
11:30 Az utódok reménysége
12:00 Déli harangszó
12:01 Hírek
12:05 A Rajna
12:30 Telesport
13:00 Ut Londonba
13:30 Forma-1 - Német Nagydíj - Futam
16:25 Doc Martin
17:15 Gorillák a kőben
19:30 Híradó este
20:00 Sporthírek
20:05 Időjárás-jelentés
20:15 Büszkeség és balítélet
22:20 Sherlock
23:55 Óltalmazó ég

RTL KLUB

06:30 Top Shop
07:00 Kólyóklub



10:00 Trendmánia
10:35 Teleshop
11:30 Törzsutas
12:05 Dáridó Lajcsival
12:40 A gyűrű átka
16:35 Sokk a jóból
18:30 RTL Klub Híradó
19:00 Cobra 11
20:00 Harry Potter és az azkabani fogoly
22:40 88 perc
00:50 Tudorok
01:55 Tudorok

TV2

05:45 Reggeli gondolatok
06:15 Egzotikus Aszia
06:45 Tv2 matiné
10:10 Nagy Vagy, Balaton!
10:40 EgészségMánia
11:10 EZO.TV
11:40 Kalandjárt
12:10 Borkultusz
12:40 Stahl konyhája
13:10 Több mint TestŐr
13:40 A kiválasztott - Az amerikai látnok
14:40 Monk - Flúgos nyomozó
15:40 Bűbajos boszorkák
16:40 Evolúció



18:30 Tények
19:00 Napló
20:05 Pókember 3.
22:50 Megint 48 óra
00:40 Összeesküvés
01:40 EZO.TV
02:15 Napló

DUNA TV

05:25 Balatoni utazás
06:00 Gazdakör
06:30 Tamási Áron: Hullámvő völgyében
08:00 Hol volt, hol nem volt...
08:15 Šubak - A boldogság három oka
09:10 És még egymillió lépés
10:30 Református istentisztelet közvetítése a fonyódligeti Szérlőzsa találkozóóról
12:00 Déli harangszó
12:02 Híradó - Déli
12:10 Vers
12:15 Nyelvőröz
12:45 Akadálytalanul Csellengők
13:15 Határtalanul magyar Szerelmes földrajz Hazajáró
15:25 Hungária Kávéház
15:50 Hungária Kávéház
16:20 Köszönöm, hogy elgázolt
18:00 Híradó - 18:00
18:35 Önök kérték!
19:35 Az őrdög és a tízparancsolat
21:30 Dunasport
21:50 A halott királyné
23:35 Ezzel a két kézzel, a két kezemmel
00:30 Trans-Formation - Az egér mosolya

VIASAT3

06:10 Meztelen szépség
07:10 Columbo: Kapj el, ha tudsz!
08:30 Vénznák kontra dagik
09:25 Anya, csak egy van!
09:55 Szerelmem nyílása
10:40 Szex és New York light
11:10 Szex és New York light
11:45 A nagy házalakítás
12:35 A nagy házalakítás
13:30 A rock 'n' roll őrdöge
A rock and roll történetének egyik kimagasló egyénisége Jerry Lee Lewis. A fantasztikus tehetségét azonban beárnyékolta arrogáns viselkedése és szokatlan életstílusa. Nem véletlenül kapta a „Gyilkos”, illetve „A rock 'n' roll őrdöge” becenevet.
15:30 Szépség és a szörnyeteg
17:20 Nászok ásza
19:10 AlomÉpítők
20:00 CSI: Miami helyszínelők
20:55 A célszemély
21:50 Jimmy Hollywood
00:00 Édeshármás
01:50 Jimmy Hollywood
03:45 A célszemély

JÚLIUS 23., HÉTFŐ

M1

05:30 Anno
06:00 Híradó
06:20 Sporthírek
06:25 Időjárás-jelentés
06:30 Kastélyok és kúriák
07:00 Hírek
07:05 Másfélmillió lépés Magyarországon - 32 év múlva
08:00 Híradó
08:15 Sporthírek
08:20 Időjárás-jelentés
08:30 Balatoni nyár
10:55 Montalbano felügyelő
12:00 Déli harangszó
12:01 Híradó délben
12:25 Roma Magazin
12:55 Domovina
13:25 Róza néni elintézi
14:25 Capri - Az álmok szigete
15:20 Balatoni nyár
16:40 A korona hercege
17:50 Másfélmillió lépés Magyarországon - 32 év múlva
18:40 Everwood
19:30 Híradó este
20:00 Sporthírek
20:05 Időjárás-jelentés
20:15 Heltai Jenő: Naftalin
21:20 Kétfény
22:20 King
23:05 Aranyfeszt 2012
23:35 Valaki

RTL KLUB

05:40 Top Shop
06:05 Fókusz Reggel
06:45 Jó reggelt, skacok!
07:30 Reflektor Reggel
07:40 Reggeli - Csak csajok
08:20 A szerelem rabjai
09:25 Győzike
10:25 Top Shop
12:05 Asztro Show
13:10 Az éden titkai
14:25 Párduclányok 3.: Irány Bollywood!
16:15 Marichuy - A szerelem diadala
17:20 Teresa
18:30 RTL Klub Híradó
19:15 Fókusz
20:05 Egyik kopó, másik eb



22:05 CSI: A helyszínelők
23:15 Fekete karácsony
00:45 Reflektor
01:00 Hihetetlen, de halálos

TV2

06:00 Aktív Extra
06:25 Tények Reggel
07:00 Mokka
09:35 Stahl konyhája
09:45 Babapercek
09:55 Teleshop
11:00 EZO.TV
12:35 Tiszta szerencse Eugene Proctor (Martin Short) a világ legszerencsétlenebb embere. Különleges tehetsége van ahhoz, hogy mindenbe belelittykózzon, hogy megtalálja a helyet, ahol valami biztos rázúhan, hogy belecsapjon a villám - kétszer is.
14:25 Marina
15:25 Csoda Manhattanben
16:25 Másképpen - beszélgetések Joshi Bharattal
17:25 Tiltott szerelem
18:30 Tények
19:30 Aktív
20:05 Ezek megőrültek!
21:05 NCIS
22:05 NCIS: Los Angeles
23:05 Célkeresztben
00:05 Tények Este
00:40 EZO.TV
01:15 NCIS
02:10 NCIS: Los Angeles
03:05 Aktív Extra

DUNA TV

05:25 Gazdakör
05:40 Híradó
06:00 Kárpát Expressz
06:30 Híradó
06:35 Élő egyház
07:00 Isten kezében
07:30 Híradó
07:35 Századfordító magyarok
08:30 Híradó
08:35 Szívekben égjen a láng...
09:25 Életképek
10:00 Család-barát
11:00 Számított magyar irodalom
11:30 Térkép
12:00 Déli harangszó
12:02 Híradó - Déli
12:10 Vers
12:20 Kivánságkosár
14:15 Latin-Amerikai Táncok Magyar Bajnoksága, Budapest
15:05 Vannak vidékek
15:40 Magyar elsőők
15:55 Az érthetetlenek
16:50 Mesélő cégtáblák
17:25 Életképek
18:00 Híradó - 18:00
18:30 Kárpát Expressz
19:05 A Duna - Utazás nyenceknek
19:35 Sophie szerint a világ
20:05 A Tenkes kapitánya
20:35 A Tenkes kapitánya
21:00 Híradó

VIASAT3

05:05 Gyilkos sorok
05:55 A Nagy O - The Bachelor
06:50 Zsirégetők
07:40 A nagy házalakítás
08:30 Gyilkos sorok
09:20 Doktor House
10:10 Kedves John!
12:15 A nagy házalakítás
13:10 Miami Vice
14:05 Miami Vice
15:00 Harmadik műszak
15:55 Harmadik műszak
16:50 A főnök
17:45 A főnök
18:35 Egy kapcsolat szabályai
19:05 Egy kapcsolat szabályai
19:35 Jóbarátok
20:00 Jóbarátok
20:30 Doktor House
21:20 G. I. Jane



23:40 Édeshármás
01:25 Zsirégetők
02:10 Dawson és a haverok

JÚLIUS 24., KEDD

M1

05:30 Barangolások öt kontinensen
06:00 Híradó
06:20 Sporthírek
06:25 Időjárás-jelentés
06:30 Magyar főúri paloták Bécsben
07:00 Hírek
07:05 Másfélmillió lépés Magyarországon - 32 év múlva
08:00 Híradó
08:15 Sporthírek
08:20 Időjárás-jelentés
08:30 Balatoni nyár
11:00 Montalbano felügyelő
12:00 Déli harangszó
12:01 Híradó délben
12:25 Srpski Ekran
12:55 Unser Bildschirm
13:30 Kétfény
14:25 Capri - Az álmok szigete
15:25 Balatoni nyár
16:35 A korona hercege
17:45 Másfélmillió lépés Magyarországon - 32 év múlva
18:40 Everwood
19:30 Híradó este
20:00 Sporthírek
20:05 Időjárás-jelentés
20:15 Egy szép napon...
21:55 King
22:40 A réjtélyes XX. század
23:10 Századfordító magyarok
00:10 Orvosi bűnügyek

RTL KLUB

05:40 Top Shop
06:05 Fókusz Reggel
06:45 Jó reggelt, skacok!
07:30 Reflektor Reggel
07:40 Reggeli - Csak csajok
08:20 A szerelem rabjai
09:25 Győzike
10:25 Top Shop
12:05 Asztro Show
13:10 Az éden titkai
14:20 Bosszúállók
16:15 Marichuy - A szerelem diadala
17:20 Teresa
18:30 RTL Klub Híradó
19:15 Fókusz
20:05 Castle
21:05 A mentalista
A fairmonti rendőrfőnököt hol-tan találják saját körzetén belül egy erdőben. A CBI nagy erővel kezdi meg a nyomozást, és hamarosan meg is találják az első gyanúsítottat, Dimitrij Zubovot egy orosz üzletembert, aki ellen a rendőrfőnök eljárás akart indítani zaklatásért.
22:05 A Grace klinika
23:15 Reflektor
23:30 Doktor Addison
00:30 Doktor Addison
01:20 Doktor Addison

TV2

06:00 TotalCar
06:25 Tények Reggel
07:00 Mokka
09:35 Stahl konyhája
09:45 Babapercek
09:55 Teleshop
11:00 EZO.TV
12:35 Zoom kapitány kalandjai
14:25 Marina
15:25 Csoda Manhattanben
16:25 Másképpen - beszélgetések Joshi Bharattal
17:25 Tiltott szerelem
18:30 Tények
19:30 Aktív
20:05 Ezek megőrültek!
21:05 Vakvágányon



22:55 Aktív
23:25 Tények Este
00:00 EZO.TV
00:35 Kísértések
02:05 TotalCar

DUNA TV

05:25 Gazdakör
05:40 Híradó
06:00 Kárpát Expressz
06:30 Híradó
06:35 Roma Magazin
07:00 Domovina
07:30 Híradó
07:35 Századfordító magyarok
08:30 Híradó
08:35 Hal, madár, ember
09:25 Életképek
10:00 Család-barát
11:00 Akadálytalanul
11:30 Térkép
12:00 Déli harangszó
12:02 Híradó - Déli
12:10 Vers
12:20 Kivánságkosár
14:15 Táncvarázs
15:05 Hazajáró
15:30 Jelfák
15:45 India utolsó oroszánjai
16:35 Zebra
16:50 Mesélő cégtáblák
17:25 Életképek
18:00 Híradó - 18:00
18:30 Kárpát Expressz
19:05 A Duna - Utazás nyenceknek
19:35 Sophie szerint a világ
20:05 Vívát Benyovszky!
21:05 Híradó
21:10 Dunasport

VIASAT3

05:35 A Nagy O - The Bachelor
07:10 Zsirégetők
08:00 A nagy házalakítás
08:50 Gyilkos sorok
09:45 Doktor House
10:35 Nászok ásza



12:15 A nagy házalakítás
13:10 Miami Vice
14:05 Miami Vice
15:00 Harmadik műszak
15:55 Harmadik műszak
16:50 A főnök
17:45 A főnök
18:35 Egy kapcsolat szabályai
19:05 Egy kapcsolat szabályai
19:35 Jóbarátok
20:00 Jóbarátok
20:30 Doktor House
21:20 Doktor House
22:15 New York-i nyomozók
23:05 Terepen
23:15 Harlequin: Egy másik nő
00:00 Doktor House
01:50 Doktor House
02:35 New York-i nyomozók

Viasat3, július 25., szerda, 21:20

Sivatagi cápák

Amerikai háborús filmdráma

Vége az Öböl-háborúnak, az amerikai katonák haza készülődnek, néhányuknak azonban nem hiányzik a civil élet. Egy menekültnél talált térképről kiderül, hogy a kuvaiti aranyrudak rejtkehelyét ábrázolja.



Négy katona magánakcióba kezd a kincs felkutatására. Ám hamarosan megtudják, hogy az iraki valószínűleg egészen más, mint amit a híradókban láthatnak.

Duna Televízió, július 26., csütörtök, 22:45

Házasságból elégséges

Fekete-fehér, magyar vígjáték

Szöcsi és Áрпи nagyon szeretik egymást. A lány fodrász, a fiú cukrász. Szöcsi szülei elváltak, a lány nagyjánál lakik. Áрпи szereti a szüleit, de régóta haragszik sógorára, akiről tudja, hogy szeretőt tart.



Pista Áрпи ellen fordítja a szülőket, és a veszekedés után a fiú elhatározza, hogy elköltözik otthonról. Aztán még jobb ötlete támad: házasodjanak össze Szöcsivel. A lány ugyanolyan hebrencs, ezért rááll a házasságra.

TV2, július 26., csütörtök, 21:05

Szemtelen szemtanúk

Amerikai vígjáték

Mikor a csapatnyi csinos vezérszurkoló lány gyilkosság szemtanúja lesz, Sharp hadnagyra hárul a feladat, hogy megvédje őket. Sharp a lányok edzőjének álcázza magát és beköltözik a vezérszurkolók házába. A mogorva zsarú számára felfoghatatlan, hogy a lányok miért nem olyan ruhát hordanak, ami befedi testüket, miért nem esznek olyan ételt, ami tápláló, és miért kezd forni a vérük, ha elérkezik a szombat este.



JÚLIUS 25. SZERDA

M1	mi
06:00	Híradó
06:20	Sport hírek
06:25	Időjárás-jelentés
06:30	Magyar főúri paloták Bécsben
07:00	Hírek
07:05	Másfélmillió lépés Magyarországon - 32 év múlva
08:00	Híradó
08:15	Sport hírek
08:20	Időjárás-jelentés
08:30	Balaton nyár
10:40	Útravaló
10:55	Montalbano felügyelő
12:00	Déli harangszó
12:01	Híradó délben
12:25	Hrvatska krónika
12:55	Ecranul nostru
13:30	Gasztroangyal
14:25	Capri - Az álmok szigete
15:25	Balaton nyár
16:25	Londonból jelentjük: Olimpiai híradó
16:35	A korona hercege
17:50	Másfélmillió lépés Magyarországon - 32 év múlva
18:40	Everwood
19:30	Híradó este
20:00	Sport hírek
20:15	Párizsi helyszínelők
21:10	Pesty Fekete Doboz
22:05	Forma-1 Magyar Nagydíj - Összefoglaló

RTL KLUB	RTL KLUB
05:40	Top Shop
06:05	Fókusz Reggel
06:45	Jó reggelt, skacok!
07:30	Reflektor Reggel
07:40	Reggeli - Csak csajok
08:20	A szerelem rabjai
09:25	Győzike
10:25	Top Shop
12:05	Asztro Show
13:10	Az éden titkai
14:10	Star Wars: A klónok háborúja
16:15	Marichuy - A szerelem diadala
17:20	Teresa
18:30	RTL Klub Híradó
19:15	Fókusz
20:05	Kincs, ami nincs



22:10	Döglött akták
23:25	Reflektor
23:40	Siyama - A harcos város

TV2	2
06:00	Babavilág
06:25	Tények Reggel
07:00	Mokka
09:35	Stahl konyhája
09:40	Babapercek
09:45	Teleshop
10:50	EZO.TV
12:25	A vad Kurdisztánon át
14:25	Marina
15:25	Csoda Manhattanben
16:25	Másképpen - beszélgetések Joshi Bharattal
17:25	Tiltott szerelem



18:30	Tények
19:30	Aktív
20:05	Ezek megőrültek!
21:05	Doktor House
22:05	Született feleségek
23:05	Aktív
23:15	Tények Este
00:10	EZO.TV
00:45	Doktor House
01:40	Született feleségek
02:35	Babavilág

DUNA TV	DUNA
05:25	Gazdakör
05:40	Híradó
06:00	Kárpát Expressz
06:30	Híradó
06:35	Unser Bildschirm
07:00	Srpski Ekran
07:30	Híradó
07:35	Századfordító magyarok
08:30	Híradó
08:35	Élő egyház
09:00	Pannóniától a csillagokig
09:25	Eletképek
10:00	Család-barát
11:00	Nyelvörző
11:30	Térkép
12:00	Déli harangszó
12:02	Híradó - Déli
12:10	Vers
12:20	Kíváncsúgosár
14:15	Savaria Táncverseny, Tíz tánc Világkupa, Szombathely
15:05	Talpalatnyi zöld
15:30	Fejezetek Magyarország közlekedéstörténetéből
15:55	Egy kis hírnév
16:50	Mesélő cégtáblák
17:55	Olimpia 2012 - London
20:00	Sobri a betyár
21:05	Híradó
21:15	Dunasport
21:20	Nem vagyok gyilkos

VIASAT3	3
05:00	Gyilkos sorok
05:50	A Nagy Ó - The Bachelor
06:35	Zsirégetők
07:30	A nagy házalakítás
08:15	Gyilkos sorok
09:05	Doktor House
10:00	Sógorom a zugügyvéd

Harry televíziós operatőr. Az egyik amerikai futball-mérkőzésen balesetet szenved, a pályáról kilökött játékos felülkele. Az orvosok szerint a sérülése nem komoly, hamarosan újra dolgozhat. A sógora, a zugügyvéd Willie azonban más véleményen van.

12:15	A nagy házalakítás
13:10	Miami Vice
14:05	Miami Vice
15:00	Harmadik műszak
15:55	Harmadik műszak
16:50	A főnök
17:45	A főnök
18:35	Egy kapcsolat szabályai
19:05	Egy kapcsolat szabályai
19:30	Jóbarátok
20:00	Jóbarátok
20:30	Doktor House
21:20	Sivatagi cápák
23:30	G. I. Jane
01:45	Lépéselőnyben
02:30	Zsirégetők



JÚLIUS 26. CSÜTÖRTÖK

M1	mi
05:30	A rejtélyes XX. század
06:00	Híradó
06:20	Sport hírek
06:25	Időjárás-jelentés
06:30	Tunézia 2.0
07:00	Hírek
07:05	Másfélmillió lépés Magyarországon - 32 év múlva
08:00	Híradó
08:15	Sport hírek
08:20	Időjárás-jelentés
08:30	Balaton nyár
10:55	Montalbano felügyelő
12:00	Déli harangszó
12:01	Híradó délben
12:25	Rondó
12:55	Alpok-Duna-Adria
13:30	Párizsi helyszínelők
14:25	Ötvenéves találkozó
15:20	Balaton nyár
16:05	Londonból jelentjük: Olimpiai híradó
16:20	A korona hercege
17:45	Másfélmillió lépés Magyarországon - 32 év múlva
18:40	Everwood
19:30	Híradó este
20:00	Sport hírek
20:05	Időjárás-jelentés
20:15	Rajtra készen: Egy nappal a XXX. Nyári Olimpiai Játékok megnyitóját előtt

RTL KLUB	RTL KLUB
05:40	Top Shop
06:05	Fókusz Reggel
06:45	Jó reggelt, skacok!
07:30	Reflektor Reggel
07:40	Reggeli - Csak csajok
08:20	A szerelem rabjai
09:25	Győzike
10:25	Top Shop
12:05	Asztro Show
13:10	Az éden titkai
14:05	Kincs, ami nincs
16:15	Marichuy - A szerelem diadala
17:20	Teresa
18:30	RTL Klub Híradó
19:15	Fókusz
20:05	En és a hercegem 2. - A királyi esküvő



22:05	Mérges pókok
00:10	Reflektor
00:25	Infómánia
01:00	Hihetetlen, de halálos

TV2	2
06:00	Segíts magadon!
06:25	Tények Reggel
07:00	Mokka (12)
09:35	Stahl konyhája (12)
09:40	Babapercek
09:45	Teleshop
10:50	EZO.TV (12)
12:25	Rex felügyelő (12)

A feltételezhető maffiaügy kapcsán az olasz államügyész aszcsóny, Lucia Amato Bécsbe érkezik. Az nyomozók számára fontos információival szolgál: a maffia pénzt minden valószínűség szerint osztrák bankokban mossák tisztára. A bűnözők pedig most az államügyész asszonyt akarják eltávolítani az útból.

13:15	Rex felügyelő (12)
14:25	Marina (12)
15:25	Csoda Manhattanben (12)
16:25	Másképpen - beszélgetések Joshi Bharattal (12)
17:25	Tiltott szerelem (12)
18:30	Tények
19:30	Aktív (12)
20:05	Ezek megőrültek! (12)
21:05	Szemtelen szemtanúk (16)
23:00	Propaganda (12)
00:00	Tények Este
00:35	EZO.TV

DUNA TV	DUNA
05:25	Gazdakör
05:40	Híradó
06:00	Kárpát Expressz
06:30	Híradó
06:35	Horvát krónika
07:00	Ecranul nostru
07:30	Híradó
07:35	Darabokra szaggatottal
08:30	Híradó
08:35	Határtalanul magyar
09:00	Magyarország tájegységei
09:25	Eletképek
10:00	Család-barát
11:00	Pannon expressz
11:30	Térkép
12:00	Déli harangszó
12:02	Híradó - Déli
12:10	Vers
12:20	Kíváncsúgosár
14:10	Hogy volt?
15:05	Szerelmes földrajz
15:40	Olimpia 2012 - London
17:55	Olimpia 2012 - London
20:00	Kárpát Expressz
20:40	Olimpia 2012 - London
22:45	Házasságból elégséges
00:15	MűpArt - Firkin a Művészetek Palotájában
01:50	Vers
01:55	Himnusz
02:00	Csallengők
02:35	Család-barát

VIASAT3	3
05:55	Gyilkos sorok
06:40	A Nagy Ó - The Bachelor
07:30	Zsirégetők
08:20	A nagy házalakítás
09:10	Gyilkos sorok
10:00	Doktor House
10:55	Columbo: Az inycen gyilkos
12:15	A nagy házalakítás
13:10	Miami Vice
14:05	Miami Vice
15:00	Harmadik műszak
15:55	Orangyal
16:50	A főnök
17:45	A főnök
18:35	Egy kapcsolat szabályai
19:05	Egy kapcsolat szabályai
19:35	Jóbarátok



20:00	Jóbarátok
20:30	Doktor House
21:20	CSI: New York-i helyszínelők
22:15	Nikita
23:05	CSI: New York-i helyszínelők
00:00	Nikita

www.gyorplusz.hu



A GYŐRI RENESZÁNSZ ÉS BAROKK HÉT kurzusának résztvevői növendékhangversenyen mutatkoznak be július 20-án, pénteken 18 órától a Petőfi Sándor Művelődési Házban. Másnap, szombaton 19 órától Fortepiano Kamarakonzert lesz a régizenei kurzus tanárainak közreműködésével Vámoszabadin, a zenekápolnában. Az egyhetes eseménysorozat záró koncertje vasárnap 11 órakor kezdődik a Petőfi művelődési házban.

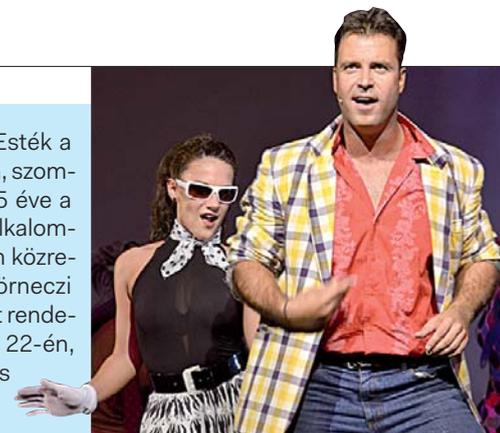


PINNYÉDI NYÁR. Játékos nyári délelőtt helyszíne lesz július 26-án, csütörtökön 9 órától a pinnyédi művelődési ház. A gyerekeket és a felnőtteket kézműveskedés, filmvetítés, vetélkedők várják a szünidei foglalkozásokon.



A VÁROSI MŰVÉSZETI MÚZEUM „Házaló – Építészet kicsiben” című kiállítása a korábban meghirdetettel ellentétben augusztus 17-én nyílik a Gyermekmúzeumban. Helyette A Nap és a Hold meséje című, meghosszabbított tárlat látogatható, ebben a kortárs művészek alkotásain köszönnek ránk állandó égi kísérőink: a Nap és a Hold. Milyen is lehet a Hold ezüst fénye, a Nap aranya? Mi történik akkor, ha az egymást örökké kergető két égitest összetalálkozik a kiállítótér falain? A választ a kiállított műalkotásoktól kaphatjuk meg, melyek alkotói: Borsos Miklós, Farkas Zsuzsa, Pirk László, Bo Cronqvist, Shogo Muto, Oskar Sastra, Kivisaari Aino, Johansson Vappu és Zeinab Mourad Demerdash.

NAGY BALÁZS musicalestje lesz a Nyári Zenés Esték a Rába partján sorozat következő előadása július 21-én, szombaton fél kilenckor a víziszínpadon. Nagy Balázs 15 éve a Győri Nemzeti Színház színművésze, idén harmadik alkalommal lép színpadra egy új musicalkoncerttel. Az esten közreműködik Gallusz Niki, Mahó Andrea, Kiss Tünde, Pörneczy Attila, valamint a színház zenekara és tánckara. Az est rendezője Kszel Attila. Rossz idő esetén a koncertet július 22-én, vasárnap fél kilenckor tartják meg. Jegyek az előadás előtt egy órával a helyszínen még válthatók.



KULTURÁLIS kínáló

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: FÖLDVÁRI GABRIELLA



HÓFEHÉRKE meséjével ismerkedhetnek meg a gyerekek a Hajci-hó-ség programsorozatban július 25-én 10 órától. A Gyermek Házának vendégei a Grimm-történethez kapcsolódva játszanak, vetélkednek, kézműveskednek, almás kitzűt készítenek.



TÁVCSÖVES bemutatót tartanak előadással egybekötve július 26-án, csütörtökön 20.30-kor az egyetemi bemutató csillagvizsgálóban. A Kísérőnk a Hold című programhoz előzetes jelentkezés szükséges a Gyermek Házában.

KOKTÉLBÁR nyílik július 27-én 14 órakor a ménfőcsanakai Bezerédj-kastély könyvtárában. A szervezők a finom, alkoholmentes italokkal kívánják megköszönni az olvasóknak az egész éves látogatást. A könyvtár augusztus első három hetében zárva lesz. A kastélyban hat órától az Aranylók klubjába várják a táncolni szerető felnőtteket. Zenél Szilasi Lajos.



TUTAJT készíthetnek fából és papírból az érdeklődő gyerekek a Galgóczi Erzsébet Városi Könyvtárban július 25-én 9–11 óráig. A szervezők mindenkit szeretettel várnak, bővebb információ 96/516-677-es telefonszámon kérhető.

AZ AKKORDEON HARMONIKAEGYÜTTES ad koncertet vasárnap délelőtt 11 órától a Zenepavilonban. A zenekar 2001-ben a Győri Német Kulturális Egyesület keretében alakult, a kisebbségi kultúra ápolására. A tíz harmonikásból álló együtteshez később dobos, tubás, majd trombitás csatlakozott. A zenészek 2006-ban hozták létre azt a Győri Harmonika Egyesületet, amelynek keretében ma is működnek, Scharek Béla vezetésével.





VASKAKAS FESZTIVÁL



A hét orvosi témája:

Pacemakerrel élni nyáron



SZERZŐ: DR. CZUCZOR SZABOLCS KARDIOLÓGUS
ADJUNKTUS

FOTÓ: ILLUSZTRÁCIÓ

Ritmuszavarok és a szívelégtelenség eszközös kezelésével nagymértékben javulnak az életkilátások és a beteg életminősége. A művi úton visszaállított szívritmusnak köszönhetően a szervek vérellátása, oxigén- és tápanyagellátása helyreáll, a korábban fokozatosan romló élettani funkciók javulnak. Ugyanez igaz ma-

Pacemaker-beültetés után

A mindennapi életvitelt csak kismértékben befolyásolja a pacemaker jelenléte. A pacemaker-beültetést követően a pacemaker egyénre szabott programozását követően a sebgyógyulásra fókuszálunk. A varratszedésig tartó első héten óvakodni kell a túlzott fizikai megerőltetéstől és biztosítani kell a kulcscsont alatti terület tisztán tartását a fertőzések elkerülése érdekében. Bármennyire is vonzó lehet nyáron a fürdők látogatása, de a biztonságos sebgyógyulás érdekében a műtét után hetekig kerülni kell azokat. A teljes sebgyógyulást követően a fürdők használatára korlátozás nincs. Gyakori kérdésként merül fel a gyógyfürdők használata. A különböző gyógyvizekkel kapcsolatban nem a termálvíz hőfoka okoz gondot, hanem a gyógyvíz összetétele, ezért minden esetben a gyógyfürdőkhöz kapcsolódó egészségügyi intézményben célszerű érdeklődni a fürdő használatáról.

Gyógyszeres kezelés

A bőrön keresztül felszívódó anyagok befolyásolhatják a rendszeresen szedett, véralvadásra, vérnyomásra és más szívre ható gyógyszerek hatásmechanizmusát, esetleg ritmuszavarokat provokálhatnak. Az érpályába vezetett és a szív üregében

rögzített elektród-szilikonborítás trombusképződést gátló bevonata a legtöbb esetben megóvja a beteget a rögzítéskor, ezért legtöbbször elegendő az aspirintartalmú gyógyszerek alkalmazása. Viszont a pacemaker-beültetést indokló szívritmuszavar miatt az esetek túlnyomó többségében szükségszerű az élethosszig tartó „vérhígítók” szedése.

Utazáskor

Nyári utazások alkalmával a pacemakerrel élő betegek mindig vigyék magukkal a nemzetközi, angol nyelvű pacemaker-igazolványukat, melyet minden esetben a pacemakert implantáló centrum ad ki. Repülőtereken, múzeumokban rendszeresített mágneses kapukon való áthaladás előtt mutassák meg a biztonsági személyzetnek. Az igazolvány a pacemaker meglétének igazolásán túl személyes adatokat, és a beültetett készülék és elektródok típusáról, az azt gyártó cégről és az implantáló centrumról tartalmaz információt. Ezen utóbbiakra nagy szükség lehet akkor is, ha valami okból a nyaralás során kórházba kerülünk.

Kerti munkák során

A kerti munkák során kerüljék a nagy, „kaszáló” mozdulatokat és a vibrációs ártalmakat (pl. rotációs kapa), hogy a vállövben rögzített pacemakerhez csatlakoztatott elektródok ne okozzanak sérülést.

A mindennapi életvitelt csak kismértékben befolyásolja a pacemaker jelenléte

gára a szívre is. A pumpafunkció javulása révén a koszorúereken keresztül a szívizom vérellátása is javul. A kezelés célja, hogy a betegek teljes értékű életet tudjanak élni.



Olvasni jó!

A csontritkulásról

A csontritkulás olyan anyagcsere eredetű, kóros folyamat, amelynek során az ember fokozatosan veszít a csontja tömegéből. Nem a csontok mérete változik meg, hanem a benne lévő sejtek és ásványi anyagok fokozatosan megfosztódnak, emiatt megváltozik a

csont szerkezete, ami a mechanikai tulajdonságának, vagyis teherbíró képességének romlásához vezet. A csontok törékennyé válnak, kisebb ütéstől, eséstől törnek. A csontsűrűség úgy 25-30 éves korunkig növekszik, majd elkezdi csökkenni. A Galenus kiadó gon-

dozásában, dr. Szarvasházi Judit szerkesztésében megjelent, színes fotókkal illusztrált könyv tartalmazza többek között a csontszövet felépítését és működését, a kockázati tényezőket, gyógytornát, valamint egyhetes mintaétlapot csontritkulásos betegek részére.

A hét kérdése: a fogsabályozásról



Válaszol: Dr. Balla Beáta fogszakorvos, fogsabályozó specialista

SZÖVEG: KOVÁCS VERONIKA
FOTÓ: ILLUSZTRÁCIÓ

Nem csak a maradó fogakat lehet szabályozni, a harapási rendellenességeket pedig már óvodáskorban kezelni kell. A fogsabályozás nem csupán esztétikai, hanem egészségügyi kérdés – mondta el dr. Balla Beáta fogorvos, fogsabályozó specialista.

Hány éves korban kell elkezdni a fogsabályozást, s létezik-e felső korhatár?

Sokan tévednek, amikor azt gondolják, hogy csak a maradó fogakat kell szabályozni. Általában elmondható, hogy a rendellenességeket 7–12 éves korban egyszerűbb, hatékonyabb és olcsóbb kezelni, mint később. A harapási rendellenességeknél különösen fontos, hogy óvodáskorban szakemberhez kerüljön a kisgyerekek. Természetesen a rögzített fogsabályo-

zásra felnőttkorban is van lehetőség, akár ötven év fölöttiek esetében is. Ilyenkor a fogágy állapota a döntő: ha a fogak rögzülése már nem tökéletes, nem ajánljuk a szabályozást.

Az esztétikai szempontok mellett van-e egészségügyi indoka a fogsabályozásnak?

Természetesen. A páciensek ugyan főleg esztétikai okokból keresnek fel bennünket, de a kezelésnek fontos egészségügyi haszna van. A rendellenesen álló fogakat rendellenes rágóerők terhelik. Ennek következtében már a harmincas években meglazulhatnak. A torlódott fogakat pedig nehezebb tisztítani, ezért hamarabb szuvasodnak. A harapási gondok az állkapocsízületek sérüléséhez, megbetegedéséhez vezethetnek. Ezért kell kezelni a rendellenességeket.

Érzékelik a betegforgalomban, hogy divat lett a fogsabályozás?

Igen, és nagyon örülünk annak, hogy a fiatalok is felismerték: a fogak jó állapota az ápoltság része. Különböző munkakörökben ma már elő is írják, megkövetelik a jó és szabályozott fogakat.



Fehér rizs és cukorbetegség



A fehér rizs rendszeres fogyasztása 11 százalékkal emeli a kettes típusú diabétesz kockázatát – állapították meg kutatók. A fehér rizs gyorsan alakul át a szervezetben cukorrá. A vércukorszint ilyenkor gyorsan megemelkedik, majd leesik, ez pedig gondot okozhat cukorbetegéknél. Az ember ilyenkor hamarabb lesz éhes, többet is eszik, és elhízhat, ami szintén a kettes típusú cukorbetegség egyik rizikófaktora.

A kullancsokról

A kullancsoktól nem kell félni, csak tisztában kell lenni a kockázatokkal, és meg kell tenni a lehetséges óvintézkedéseket – állítják a biológusok. Ha valaki a természetben tölti az időt, használjon kullancsriasztó szereket. Tévhit, hogy a kullancsok felmászhatnak a fákra, valójában 60–80 centiméternél magasabbra nem mennek fel. Ha valaki a bőrén kullancsot talál, azt speciális csipesszel el kell távolítani.



Az alvás megvonás

Egyéjszakányi kimaradt alvásnak ugyanolyan hatása van az immunrendszerre, mint az erős fizikai igénybevételnek – állapították meg holland kutatók. A vizsgálatba bevont férfiakat 29 órán át nem hagyták aludni, miközben többször mérték véréjükben egy fehérvérsejt-típus számát. Az immunrendszer ezen sejtjeinek, a granulocitáknak vérszintje napközben változik, sőt, meghatározott napi ritmusa van. Ez a ritmus az alvás megvonás következtében elveszett.



Nyári fejfájás

A nyár legzavaróbb tényezője sokak számára a fejfájás. A hőmérséklet emelkedésével sajnos nő az esély a lüktető fejfájásra is. A meleg kitágítja az agyereket, amelyek így nyomják az őket körülvevő idegeket.

A tenziós fejfájás

A tenziós fejfájás gyakoriságának aránya közel egyenlően oszlik meg a nemek között. Bármely életkorban előfordulhat, és tünetei akár naponta jelentkezhetnek. A tenziós fejfájás hossza fél órától egészen egy hétig is terjedhet. A fájdalom folyamatos, tompa, mindkét oldalon érezhető, mintha abroncs vagy satu szorítaná az ember fejét. Ritkán könnyezés és hányinger kísérheti. Okai

nem pontosan ismertek, neve arra utal, hogy feltételezések szerint kialakulásában szerepet játszik a fej körül található és a nyak-vállövi izmok tartós összehúzódása. Előfordulásával kapcsolatban megemlíthetjük a stresszt és a mozgáshiányos életmódot. Érdemes a fejfájás első jelére bevenni valamilyen vény nélkül kapható fájdalomcsillapítót, de segíthet a feszes izmok lidokain alapú zselével való bedörzsölése is.

A melléküreg eredetű fejfájás

Bármely, ami a melléküregeket izgatja – nátha, allergia, erős illat vagy szag –, gyulladást okozhat, aminek lüktető fejfájás az eredménye. Tegyük a homlokunkra langyos vizes kendőt a gyulladáshoz enyhítésére, az orrspray pedig az



orrduugulást oldja. Ha a tünetek 4 napnál tovább tartanak, keressük fel az orvost. Megelőzés: a légkondicionálóba rakassunk úgynevezett HEPA-szűrőt, ami kiszűri a port, pollent, penészt és a levegőben szálló baktériumokat is.

Migrén

A migrént kiválthatja a stressz, a fény, a túl sok vagy túl kevés alvás, az éhség

és a hormonális változások, ezek mind tágitják az agyi ereket. A migrénes roham tarthat 4 órától akár 3 napig is. Eddig nem teljesen tisztázott okokból a nők fogékonyabbak a migrénre. A diagnózist segíthet felállítani, ha az alábbi háromból kettő jelen van: erős fájdalom, amely lehetlenné teszi a mindennapos tevékenységet, fényérzékenység, hányinger. A vény nélkül kapható fájdalomcsillapítók nem hatásosak, jeges borogatás adhat némi enyhülést, de a legtöbb beteg vényre kapható gyógyszereket használ. A gyógyszert a fájdalom első jelére ajánlatos bevenni. Kérjük meg az orvost, hogy ellenőrizze a magneziumszintünket. A másik természetes gyógymód az akupunktúra lehet.

Belső utak ösvényein

SZERZŐ: M. S.
FOTÓ: ILLUSZTRÁCIÓ

Ahogy a határtalan univerzumnak a töredékét ismeri az ember, úgy az emberi lélek belső végtelenjének is csak egy része ismert a számára. Az élet az útkeresés nagy kalandja – helyzetek, érzések, találkozások labirintusában gyakran érezzük elveszettnek magunkat. Ilyenkor sokat segíthet egy szakavatott, aki segít megérteni a rendszert, és felfedezni benne a rendet.

A problémamegoldó

Weisz Ildikó az öngyógyítás útján indulva lett terapeuta, könnyűipari mérnöki tanulmányai végeztével filozófiát, pszichológiát, Prana nadyt, ki-neziológiát, valamint Hellinger család- és rendszerállítást tanult.

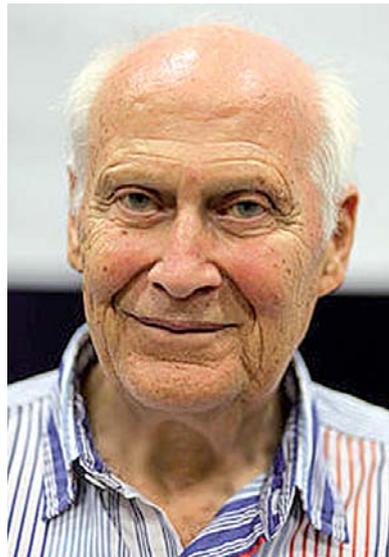


Weisz Ildikó

Hálás vagyok a sorsomnak, hogy előbb terelt a mérnöki pályára, mert így a rendszerben látás és a logikai képességek fejlesztése egy erős alapot teremtett a segítő foglalkozáshoz. Mikor gyerekkoromban megkérdeztek, hogy mi szeretnék lenni, akkor azt feleltem, hogy „olyan problémamegoldó...”. Már tizenévesen Freud volt a kedvenc szerzőm, könyvtáramat filozófiai és pszichológia könyvekkel gyarapítottam. Először csak önsegítőként ástam egyre mélyebbre magam a különféle irányzatokban, majd tudatosan a másokon való segítés volt a cél. Rátaláltam Hellinger módszerére és azt mun-

káim során gerincként használok más módszerekkel kiegészítve.

Bert Hellinger fedezte fel, hogy létezik egy közös családi lélek, egy olyan családi energiamező, amely meghatározóan irányítja az egyes emberek életét. A családi lélekben, más néven mezőben szigorú törvények uralkodnak. Ha megsérülnek, az generációkon



Bert Hellinger

keresztül negatív hatással van a családtagokra. A családi lélek megkezdi a kiegyenlítést, a jóvátételt. Működésbe lép a rendszer-lelkiismeret, például úgy, hogy az utód kezd el érthető ok nélkül rosszul élni, vagy valamilyen testi-lelki tünetet mutatni. Mivel az okok ilyenkor nem a saját élettörténetben vannak, mindaddig eredménytelenek maradhatnak a testi és lelki kezeléseik, illetve tünetváltással folytatódik a betegség- vagy szerencsétlenség-sorozat, amíg a rejtett dinamika napvilágra nem kerül és fel nem oldódik.

Kapcsolatok rendszerében

Nehéz sorshelyzeteink, problémáink tudatalattinkban rejtőző gyökerei tehát a családunk történetéből olvashatóak ki a módszer segítségével. A Hellinger által megfogalmazott törvényszerűségek azonban nemcsak a családokra, hanem kisebb-nagyobb csoportokra, rendszerekre és szervezetekre is érvényesek.

Ezekben a rendszerekben is ugyanúgy, vagy hasonló módon lehet a módszert alkalmazni – ezeket rendszerállításoknak hívjuk. Ilyen csoportot alkot például egy lakóközösség, egy szerelmi háromszög, iskolai, munkahelyi közösségek, de még egy bal-

eset részesei is, akik közül van, aki életben marad, van, aki megnyomorodik, és van, aki meghal.

Hellinger és munkatársainak megfigyelése szerint mindegyik esetben létrejön a jobb híján közös léleknek nevezett rejtett összeköttetés, egy hálózat. A munkahelyi és egyéb szervezetekben végzett ilyen munka a szervezetállítás nevet kapta.

A módszer számos terápia-rezisztens esetben hozott gyors és látványos javulást. A családfelállítást követő egy éven belül a résztvevők 78%-ának életében markáns pozitív változás állt be, további 14%-uknak javult az állapota. Megszűntek az addig, a saját élettörténet alapján érthetetlen depressziók, teljesítménybeli és kapcsolati kudarc-sorozatok, öngyilkossági hajlamok, és amennyiben még nem alakult ki a gyógyíthatatlan, visszafordíthatatlan változás, a testi betegségek is javultak, meggyógyultak. A maradék 8% esetében a családfelállítás hatástalan maradt, ami nagyon jó arány a többi pszichoterápiás módszert alapul véve.

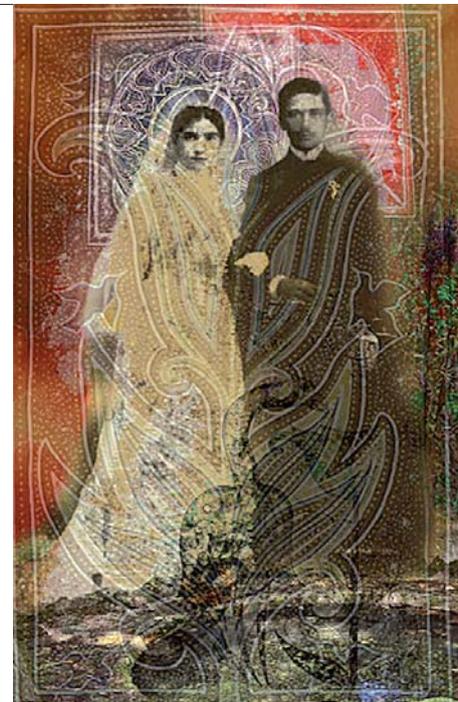
Bert Hellinger módszere úgynevezett fenomenológiai (közvetlenül észlelhető) pszichoterápia: „Az ember kiteszi magát a jelenségeknek és azok összefüggéseinek anélkül, hogy beavatkozná. El kell felejteni például minden eddigi tudásunkat és tapasztalatunkat, összpontosítunk és várunk, míg az összefüggésben szinte magától megmutatkozik az eredmény vagy egy megoldás, amit nem lehet előre tudni. Ez a felismerés más mélységekből jön és ajándékba kapjuk. Ezt a sajátságos mozgást nem tartom kézben, ilyenkor egy másik erő

Ha élete olyan szakaszba ért, hogy támogató erőre lenne szüksége, ossza meg élethelyzetét, mesélje el örömeit vagy bánatát. Sok olyan problémakör van, melyet megértve könnyebben vehetők az élet akadályai. Megkeresését az etmod@gyorplusz.hu e-mail címre küldje.

hordoz, melynek része vagyok, ez az erő a lélek. Ez a módszer mindig olyan, mintha sötétben tapogatóznánk, de együtt rezegve azzal, ami megmutatkozik, ahonnan az impulzusok jönnek – ez az az erő, ami továbbvisz.”

A családot működtető szabályok

A családnak közös lelke, közös lelkiismerete van, ami szabályok szerint működik. Első alapszabály: Mindenkinek, akár élő, akár holt, ugyanúgy joga van



A család múltjának a megismerése választ adhat a jelen problémáira

az odatartozásra. Ha bármi okból – csirkefogó, alkoholista, házasságon kívüli, stb. – kirekesztik, akkor a családlélek megpróbálja létrehozni az egyensúlyt, ez a második alapszabály.

A megtagadott odatartozását a rendszer kiegyenlíti, a kirekesztett és egy később született között összeköttetést teremt, utóbbi képviseli a kirekesztettet. Harmadik alapszabály: Akik korábban születtek, előrébb álljanak a rangsorban, mint a később születettek!

A családlélek és a család-lelkiismeret mindeneke előtt az előbb születettek jogaira ügyel, és a kiegyenlítéshez feláldozza a később születettet. Ha tiszteletben tartjuk az előző generációk jogait, akkor a később születettek szabadok lesznek.

Bert Hellinger megfigyelte, hogy új szellemi behatásra ez az összefonódás, sorsismétlődés megszűnik és az egyén képes lesz egy új életszakaszt kezdeni. A gyógyulás azzal kezdődik, ha a múltat – az ismétlődésekkel együtt – tisztelettel elfogadja, nyitottá válik a jövő felé, és vállalja a pillanat kockázatát. 16 éven át egy katolikus misszionárius rend tagjaként Dél-Afrikában dolgozott a zuluknál. Itt figyelte meg, hogy a természeti népeknél milyen nagy jelentősége van az ősök tiszteletének.

Takács Nóra jó nőt csinál mindenkből, aki hagyja Életmódi: Apró trükkök, nagy ötletek

SZERZŐ: M. S.
FOTÓ: ILLUSZTRÁCIÓ

Volt már modell és időjárás-jelentő, cikkeket ír és műsort vezet. Takács Nóra legújabb ötlete egy notesz, amiben a természetes szépség nagyköveteként tanácsol, hogyan legyünk jó nők. Az interneten indult villanás mára mozgalom lett. A titok nyitja Nóra, aki természetesen jó nő.

Akkor milyen is a jó nő?

A jó nő azon túl, hogy ápolt, csinos, szerintem attól jó nő, ha van valami olyan trükkje, aminek segítségével bármilyen élethelyzetben kivágja magát szorult helyzetéből, vagy meglepheti a partnerét. Egy jó nő például képes arra, hogy estélyi ruhává alakítson át egy férfitól. Egy kevésbé extrém példával élve, nem árt, ha tud főzni. Manapság

Takács Nóra:

„Nincsenek kőbe vésett szabályaim, ha munkába vagy találkozóra megyek, öt perc alatt feldobom magamra a sminket, megfésülöm a hajam, és már az utcán vagyok. Rendkívül gyorsan el tudok készülni. A fiú barátaimnál sokkal hamarabb leszek menetkész.”

ez egyre kevésbé divat, ami szerintem ciki. A „jónőség” számomra összetett fogalom és egyfajta életforma, amihez legnagyobb örömeimre egyre többen csatlakoznak. A külsőségek mellett a belső legalább olyan fontos, és az is ápolást igényel. A jónőség lelki oldalát a közösségi oldalon tudjuk megélni, az az a fórum, ahol gondok, bánatok, örömeink előkerülnek.

Milyen életmóddal jár a jónőség?

A kapott külső adottságainkra azzal, ahogy élünk, hatással lehetünk. Javíthatunk és ronthatunk is rajta. Sajnos nem tartunk ott mentalitásban, hogy egészségtudatosan vásároljunk, étkezzünk, sportoljunk, aludjunk. Ha az életmódunkkal ártunk, akkor a hűtőt is magunkra kenhetjük, nem érünk el hatást. Minden összefügg mindennel, ha egészségesen étkezzünk, lesz energiánk sportolni. Ha rendszeresen mozgunk, a sport hatására boldogabbnak érezzük magunkat. Aki boldog, az a szép dolgokat veszi észre az életben és önmagán is.

Mit mentett át a modellszakmából?

A munka iránti alázat. Olyan jó alapot adott, hogy függetlenül a napi hangulattól, bajoktól és problémáktól, nem szabad nyafogni – ha tíz ember dolgozik azon, hogy sminkem, ruhám, frizurám legyen a fotózáshoz, akkor nem engedhetem meg, hogy látszódon rajtam a legkisebb gond is. Megtanultam, hogy mások munkáját nem akadályozhatom, befolyásolhatom az esetleges rossz hangulatommal.

Milyennek látja a magyar nőket? Nem lehet, hogy túl sokan elhiszik magukról, hogy jó nők?

De. Én is látok elrettentő példákat, és nem is kell messze menni. A mai napig rá tudok csodálkozni arra, hogy a szilikonpánt túlélt generációkat, és hordják. És ez csak egy dolog. Sok nő rossz önértékeléssel és hibás testkép-

pel olyan ruhákat választ, ami nem elfedi, hanem kiemeli a hibáit.

Kik a követői?

Nyilván a saját korosztályom, a 20-30 évesek problémáit értem meg és érzem át leginkább. Igyekszem praktikus életvezetési és szépségápolási tanácsokkal segíteni a lányokat, és közérthetően, vonzó formában megadni a választ az olyan, minden nőt foglalkoztató kérdésekre, mint például hogyan kell otthon begöndöríteni a hajunkat, megcsinálni magunknak a tökéletes sminket. Máskor az egészsé-

ges táplálkozással vagy éppen a sportolással kapcsolatban adok ötleteket.

Milyen rendszerező elvvel dolgozik? Mitől függ, hogy éppen mi kerül terítékre?

A saját személyes tapasztalataim túl azok a gyakorlati kérdések inspirálnak, amelyeket a nézőimtől és a műsorhoz kapcsolódó közösségi oldal olvasóitól kapok. Úgy vettem észre, hogy van egy hatalmas női réteg ma Magyarországon, amelynek szüksége van útmutatásra, mivel alapvetően fontos információkkal nincsenek tisztában – legyen szó szépségápolásról vagy akár a saját fehérméretük meghatározásáról. Vannak olyan témák, problémák, amelyeket én korábban modellként teljesen evidensnek gondoltam. Rá kellett jönnöm, hogy az, amit én magától értetődőnek tartok, sokak számára újdonság. Műsorvezetőként és szerzőként is törekszem felhívni a figyelmet a számomra fontos dolgokra, mint amilyen a szépségápolás, a sport, vagy a környezet- és állatvédelem. Azt gondolom, hogy a természeti értékek szeretetét nem lehet elég korán beleplátni a nők fejébe.

Népszerűségének a titka, hogy közvetlen stílusban a természetes szépséget propagálja, és ha jól tudom, olyannyira elutasítja a művi dolgokat, hogy a műkörmöt sem tudja elviselni...

Én is fejlődtem a műsor kapcsán, sokkal toleránsabb lettem. Például a műkörm terén. Elfogadom, hogy van, akinek tetszik, és ez is a szép külső része lehet. Mindez azt is jelenti, hogy kapcsolatban vagyok a nézőimmel és véleményem cserélünk. Amikor kiderült, mennyien nézik és szeretik a műsoromat, illetve amikor azt éltem meg, hogy a nők folyamatosan érdeklődnek, visszajeleznek, akkor rájöttem, hogy felelős vagyok a hozzám forduló emberekért. Egyfajta személyes missziómnak tartom, hogy olyan dolgokat osszak meg, ami a javukra válik. Olyasmit szeretnék tanítani a nőknek, amiktől a véleményük, izlésviláguk formálódik. Sok-sok olyan, egészen fiatal lánnyal találkozom, beszéllek, levelezek, akiknek nincs kihez fordulniuk a kérdéseikkel. Felelősséget érzek irántuk, és igyekszem a legjobb tudásom szerint segíteni őket. Kis túlzással azt mondhatom, hogy kineveztem magamat „szépségnagykövetnek”.



Tippek Nórától

Ricinusolaj

Én mondom, a ricinusolaj szinte bármire jó. Fantasztikusan puhítja a haját, sokkal selymesebb, egészségesebb lesz tőle hajkoronád, és ami a fő, gyorsabban fog nőni! Tehát ha szeretnél hosszú haját, ez a megoldás. Ne használj sok olajat, mert nehezebb kimosni a hajból.

Alapozó

A tökéletes alapozó megegyezik a bőröd alapszínével.

Púder



A púder kiválasztásánál figyelj arra, hogy egy árnyalattal világosabb legyen a színe, mint az alapozódé. Ugyanis ha a két tónus egyforma, meglehetősen színtelen, fakó lesz az összehatás. Viszont, ha a púdered kicsit világosabb, mint az arcod, akkor az egész üde és friss benyomást kelt.

Sheavaj

Az egyik legdivatosabb összetevője lett a krémeknek, nem ok nélkül. A sheavaj, más néven „Afrika aranya” magas vitamintartalmú csodaszert, tele olyan hatóanyagokkal, amelyek csodásként táplálják a bőrt! Feszít, ápol, eltünteti a ráncokat, jó az ekcémára, sőt, 5-6 faktoros természetes fényvédő hatása is van. Én is ezt használom nap mint nap. Bioboltokban lehet vásárolni, vagy neten, gyógyszertárakban megrendelni.



Játék

Ajándékot nyerhet Takács Nórától, ha válaszol a kérdésre: *Melyik kozmetikai alapanyagot hívják Afrika aranyának?*

A jó választ küldje be az életmod@gyorplusz.hu címre.

A hét séfje:
Füzi Ernő



A mobil szakács

Szerző: Gaál József
Recept: Füzi Ernő
Fotó: O. Jakócs Péter

Továbbra is frissen mestervizsgázott szakemberek főznek rovatunkban, ezúttal Füzi Ernő mobil szakács sonkás előételével és töltött malaccsászarával köthetnek barátságot olvasóink. Az előételhez elegendő annyi megjegyzést fűzni, hogy a prosciutto a nem füstölt olasz sonkák gyűjtőneve, közéjük tartozik a páрмаi is.

Füzi Ernő a mestervizsgán egy komplett szilveszteri menüt tett a szigorú zsűri asztalára, a karajával töltött malaccsászár ennek a kiadós ételsornak a főszereplője volt. A rakott krumplival, kétféle párolt káposztával, zellerpürével és snidlinges birsalmasajttal tálatl főételhez mesterszakácsunk nem mellékelte a hozzávalók grammra, centiliterre pontos listáját. Ebbe a nagy kalandba mindenkinek a saját ízlése és étvágya szerint kell belevágnia.

Füzi Ernő a Győr Plaza egyik büféjében dolgozik, de a mestervizsgán magánzóként vett részt. A fellebb említett mobil szakács titulusát szó szerint kell értenünk, séfünk magánvállalkozóként családi ünnepeken és partikon segít a háziaknak, hogy minden rendben legyen. Beszerzi, előkészíti és helyszínre szállítja az alapanyagokat, távozás előtt süt és tálal is. Azt mondja, nyaranta jól megy az üzlet.

Sonkachips salátaágyon, márványsajthabbal, fűgés balzsamecettel



Hozzávalók négy főre: 8 szelet prosciutto sonka, 1 doboz salátamix (szabadon választott), 4 dl zsíros tejszín, 20 dkg márványsajt, 4 cl fűgés balzsamecet, csipet só, 3 gerezd fokhagyma.

Elkészítése:

Egy elfogyott fóliatekeres papírhengerét belajozzuk, óvatosan rácsavarjuk a sonkaszeleteket, és 10-12 percre 170 fokos sütőbe tesszük, a ventilátor használatával nélkül. Amíg a sonka pirul, a tejszínt ke-

mény habbá verjük, sózzuk, hozzáadjuk a reszelt fokhagymát és a reszelt márványsajtot. Tálalásig hűtőbe tesszük.

A salátamixet átmoszuk, lecsepegtetjük, tetszés szerinti csírákat keverünk bele, meglocsoljuk kevés extra szűz olívaolajjal. Tálaláskor a salátamix kerül a tányér alá, ráhelyezzük a ropogósra sült sonkahengereket, két oldalára kanálnyi habot merítünk, s az egészet finoman meglocsoljuk fűgés balzsamecettel.

Karajával töltött malaccsászár rakott burgonyával, zellerpürével, párolt káposztával, birsalmasajttal



A kicsontozott malaccsászárt bőrével lefelé kiterítjük és beleszavarjuk a saját karaját, amit előtte sóval, borssal, fokhagymával, turbolyával, pirospaprikával fűszereztünk. Körbekötözzük, formázzuk, és 8 órán át 80 fokos sütőben, bő zsírban konfitáljuk. Miután kész van, a süttőt felcsavarjuk 180 fokra, s kevés zsíron körbepírítjuk a bőrt.

A rakott burgonyát kissé átértelmezve is tálalhatjuk a hús mellé. A főtt krumplit dominó méretű darabokra

vágjuk, s tojásárgájakrémet meg főtt tojásfehérjét helyezünk közéjük. Mindent körbekerítjük, körbecsavarjuk szeletelt kolbásszal, tetejét megöntjük tejjel. A zellerpüréhez a zellert és a póréhagymát apró kockákra vágjuk, kevés alaplében megpároljuk, botmixerrel pépesítjük, kevés extra szűz olívaolajjal keverünk hozzá.

A káposzta lehet kétféle. Olívaolajon megpírítunk egy kevés egész köményt, majd beletesszük a sózott, csí-

kokra vágott fehér káposztát. Mielőtt kész lenne, kevés póréhagyma-karikát vágunk bele. Sózzuk, borsozzuk, felöntjük fehérborral, ropogósra pároljuk. A vöröskáposztához lilahagyma-karikákat pírítunk, erre rakjuk a csíkokra vágott káposztát. Pezsgővel és vörösborral öntjük fel, sózzuk, borsozzuk, a végén barnacukorral megpírítjuk.

A birsalmasajtot apró kockára vágjuk, snidlinget aprítunk hozzá, kevés olívaolajjal összekeverjük.



A játék öröme és a karikatúra poénján túl az e heti nyereményhez is hozzájárhatnak azok a kedves olvasók, akik skandináv rejtvényünk helyes megfejtését jövő hét szerdájáig eljuttatják szerkesztőségünkbe. A sorsoláson leggyorsabbnak bizonyuló játékos a Vaskakas is talál szelet című könyvet nyerheti meg. **Címünk:** Győr Plusz, 9002 Győr, Pf. 78. vagy jatek@gyorplusz.hu. **Jelige:** Keresztrejtvény. Legutóbbi keresztrejtvényünk megfejtése: Igyekezzon, a többiek már Boglárán vannak! Nyertes: **Szabó Balázs** (Győr). Nyereményét a szerkesztőségben (Orgona u. 10., B épület, tetőtér) veheti át.

Állatvédelem

Trópusi patás	1	Zenei műfaj	Égetett cukor				
Női név			Költészet				
Válogatott focista (Zoltán)							
Villamos energia							
Noszogató			Áramforrás				
Erdőrésztlet		Tova					
Muszáj		Táplál					
Sütemény							
		Növényi hajtás	Víz-növény		Fénykép Darab	Szeszesital	A hunok őse
Szintén nem		2	Női név		Nitrogén	Takk párja	Lépcsőben
Nemesít		Úrmérték	Búzadara	Csen	Balatonfaló	Vasi hegy	
Dehogy!		Vizeskocsi			Pöccök	Kötőszócscsa	
Haragszik		Tisztség			Német Győr	Összedől	
		Gyors kutya			Hím juh		
		Időmérő			Bibi		
Irodalmi műfaj			Akasztó			Éjfélig	
			Fadarab			Táblajáték	
		Afrikai kikötő			Biztosító-társaság		
		Ipszilon			Nulla		
Elméleti tétel	E					Gaál	

Megfejtések

8	9	7	7	5	3	2	4	1
6	2	9	4	1	4	7	3	2
3	5	6	8	2	7	1	4	3
4	6	2	7	8	3	3	9	5
9	7	7	1	4	4	5	2	2
1	3	7	2	2	4	4	3	1
3	3	8	7	1	7	1	5	4
1	2	9	9	6	4	3	8	7
7	6	4	5	3	8	9	1	2

6	4	7	1	5	2	1	4	7
3	8	9	3	9	9	3	8	2
9	3	1	7	8	4	2	2	5
7	8	6	5	4	1	5	3	9
5	8	1	2	7	4	4	3	3
4	2	7	1	8	3	9	6	3
8	6	2	2	5	4	9	3	3
1	7	6	8	9	3	5	2	4
3	5	4	2	7	1	6	9	8

9	2	8	7	1	5	6	8	2
3	8	1	5	8	5	1	4	3
6	2	8	3	6	4	1	4	7
7	5	4	7	9	8	2	3	5
8	4	7	7	6	6	6	6	4
5	3	5	3	5	3	5	3	5
2	2	7	7	7	1	9	6	9
2	2	2	2	2	2	2	2	2
1	9	5	4	6	7	1	9	8
1	7	6	8	9	3	5	2	7
4	7	6	9	8	3	2	8	1

SUDOKU

A sudoku japán eredetű, napjainkban egyre népszerűbb logikai játék. Szabálya egyszerű. A nagy négyzet üresen hagyott kis négyzeteibe számokat kell elhelyezni 1-től 9-ig. Egy sorban, egy oszlopban és egy 3x3-as négyzetben mindegyik szám csak egyszer fordulhat elő. Feladványaink nehézségi fokát „+” jelzi.

	7	3						6
1	9				6			8
2		6		7	9			4
		9	5	3	7	4		
	4	7		1		6	3	
	3	2	8		4			
7					3		2	
		4					1	9
			6					3

SUDOKU++

3		4						
1	7				3		2	
	9	2		4	6	3		1
4		9	6					5
5			9				6	3
7				1		9	8	2
							5	
		5	3	9				7
6			1	2				

SUDOKU++

	6	4			8			
								7
			2	7		6	5	
8	7		9		4	3		
9				5				6
4	1			3	2			
	5							3
				1	6	5		9
4		2	3					8

SUDOKU+++



Vásárjáték

SZERZŐ: GYŐR-SZOL
FOTÓ: GY. P.

A GYŐR-SZOL Zrt. idén első ízben vett részt a Győri Általános Vásáron, amelyen bemutatta a Szelektálj okosan! elnevezésű, a szelektív hulladékgyűjtést megkönnyítő, okostelefonokra fejlesztett alkalmazást. Akik a vásárbán kipróbálták a programot, és kitöltötték egy adatlapot, nyereményjátékban vehettek részt, amelynek fődíja egy hosszú hétvége el-

töltése volt két fő részére a zalakarosi Aphrodite hotelben. A szerencse a győri Bábics Jánosnak kedvezett, aki Ozsvárt Tamástól, a GYŐR-SZOL Zrt. kommunikációs menedzserétől vehette át nyerevényét. Bábics János lapunknak elmondta: nagyon örül az ajándéknak, hiszen régen járt már Zalakaroson, de hallott az ottani fejlesztésekről, és kíváncsi, mennyit változtak a körülmények. Emellett kirándulást is tervez a környék megismerésére. Nyereményéhez gratulálunk!

Vízórák a Gyepszél utcából



KÉP ÉS SZÖVEG: TÓTH LÁSZLÓ

A Pannon-Víz Zrt. győri laboratóriumában hamarosan az ötezredik vízmérőt hitelesítik a szakemberek. László Tamás műhelyvezető szerint a társaság évente 28 ezer lejárt szavatosságú vízórat cserél, így egyre több fogyasztó találkozik Győrben felújított és újra hitelesített mérőkkel.

den egyes vízmérő hitelesítésében személyesen részt vesznek, hente egy-két munkanapot Győrben töltenek. Amelyik vízmérő a hitelesítőpadon is jól vizsgálják, arra rákerülhet a plomba. László Tamás elmondta, a hitelesítés során a gyűrűdugattyús mérőket nem állítják vissza nullára. Nincs szükség rá, hiszen amikor a vízmérőt felszerelik valahová, jegyzőkönyvben rögzítik az adatokat.

A Gyepszél úti műhelyben a vízmérők alapos tisztításon esnek át. Amelyikről lepattogzott a festék, azt homokfúvóval kezelik, ezek arról ismerhetők meg, hogy színük a szokásos kék helyett szép bronzbarna. Ezután a szabályzópadon „újrahangolják” a mérőket, vagyis egy ellenőrzött térfogatáramot alapul véve elvégzik rajtuk a szükséges javításokat, finombeállításokat.

A bekötési vízmérők hitelességi ideje négy év, a mellékmérőké hat év. Ha kíváncsiak vagyunk rá, mikor jár le óránk ideje, a plombát vagy a mellette lévő címkét kell megnéznünk. Itt az utolsó hitelesítés évszáma van feltüntetve. A számböngészés nem kötelező, hiszen az érvényesség lejártáról, a csere tervezett időpontjáról a fogyasztók írásbeli értesítést kapnak. Aki éppen akkor nem ér rá, az értesítőn található telefonszámon egyeztetethet más időpontot.

A sort a hitelesítés zárja. A mérésügyi hivatal szakemberei min-



Virágok díszítik Győrt

A GYŐR-SZOL Zrt. a saját lehetőségeihez mérten mindent megtesz a városi környezet megszépítésért. Ennek keretében a szolgáltató munkatársai közel 75.000 db egynyári virágot ültettek Győr közterületi virágágyásaiba. A színes növények gondozása folyamatos feladat, ami legfőképpen a locsolásban, kapálásban, gyomlálásban és az aktuális növényvédelmi feladatok elvégzésében nyilvánul meg. Újdonság idén, hogy a GYŐR-SZOL Zrt. növényekkel beültetett nagyméretű virágládákat is kihelyezett többek között a győri városháza oldalán található autóbuszöböl járdaszízeit, a Szent István úton a Jókai utca és a Gárdonyi út közötti, illetve a Szent István út-Aradi út-Jókai utca közötti szakaszán.



Közterületi rongálások Győrben

SZERZŐ: GYŐR-SZOL
FOTÓ: NAGY CSABA

Székeket rongáltak meg, tettek tönkre ismeretlen vandálok hétfőn éjszaka a Radó-szigeten található Zenepavilon környezetében. A sokak által használt ülőalkalmatosságok léceit széttörték. Ugyanekkor a Zenepavilon oldalborítását adó formázott lécek közül jó néhányat szintén letörték, megsemmisítették. Az előzetesen becsült anyagi kár meghaladja az ötvenezer forintot. Mint minden ilyen esetben, a GYŐR-SZOL Zrt. most is megtette a rendőrségen a feljelentést.

Sajnos nem ez az első olyan rongálás, amelyet szándékosan követtek el. Az egynyári virágok kiültetését követően volt olyan helyszín,

ahol több alkalommal kellett pótolni a növényeket, mert elvitték azokat. A közelmúltban a Bajcsy-Zsilinszky, a Szauter út mentén, majd az Erzsébet ligetben törtek ketté 3-4 éves, beült növekedésű, immár díszítőértékkel is rendelkező fákat. A környezet megszépítésére a GYŐR-SZOL Zrt. július elején tíz darab dézsába ültetett, nagyméretű mediterrán növényt helyezett ki a Kálóczy liget töltésén található, díszburkolattal lerakott sétány mentén. Az egyenként legalább ötven kilogramm súlyú virágládákat másnapra mind felborították. Utoljára a Radó-szigeten lévő székek és a Zenepavilon esett az értelmetlen és érthetetlen pusztítás áldozatává. A vandálok éves szinten Győrben tízmillió forint értékben okoznak károkat. Ezt a pénzt lehetne hasznosabb dolgokra is fordítani. A GYŐR-SZOL Zrt. ezúton is kéri a városlakókat, hogy a közterületen található javakat őrizzük meg közösen.

ÁLLÁS

Érettségizett ügyfélkapcsolati és telefonos munkatársat biztosítóhoz felvesszünk. Rugalmas munkaidő, cafetéria. 06-70/2678-190, furliza@gmail.com.

EGYÉB

Hajat veszek 50 cm felett, vágott vagy vágni valót, jó áron. Tel.: 30/990-9530.

Mini Bizi átvesz készpénzért is: autó- és kerékpárülést, utazóágyat, etetőszéket, testvérfelépőt, tulikocsit stb. Babakocsik, kiságyak, babakellékek adása-vétele. Győr, Déry T. u. 16. 06-20/918-0643.

Jó állapotú használt tankönyv átvétele: Tanmolyda raktárában, Szigethy A. út 90. Hátul, a ker. sulijával szemben. Egyetemi, főiskolai jegyzetek, gimnáziumi, szak- és általános iskolai könyvek átvétele. Naponta 9-11-ig, du. 16-17-ig.

FESTÉS, mázolás, tapétázás! Igényes munka! Tel.: Jádi, 30/9377-972.

Adyvárosi, 3 szobás, 62 m²-es, erkélyes, távfűtéses, felújított, határozott bérleti szerződéses lakást cserélné 2-3 szobás, erkélyes, liftes házban lévő lakásra. Nádorváros, Adyváros, Marcalváros, Gyár- város, Szabadhegy területére (hirdetési szám: 280). Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

Lomtalanítás! Vállalunk minden típusú lomtalanítást igény szerint rakodókkal, teljes körű elszállítással, akár díjmentesen, hétvégén is. Tel.: 20/944-6667.

Lomtalanítást vállalok, ingyen kitakarítom pincéjét, udvarát. Feleslegessé vált holmiját elszállítom. Tel.: 70/500-1291.

Ablaktisztítást, takarítást, szőnyeg- és kárpittisztítást vállalok intézmények és lakosság részére. Ugyanitt ipari takarítógépek, kárpit- és szőnyegtisztító gépek kölcsönözhetőek. Érdeklődni: Fazekas Mihály, +36-20/9833-577.

Tetőjavítás, átrakás, lapostető-szigetelés és homlokzatjavítás és -festés. 30/376-2712.

Bélyeget, bélyeggyűjteményeket, képeslapokat, pénzeket, pénzgyűjteményeket, plaketteket, kitüntetések, könyveket, egyéb régiséget vásárolok gyűjteményembe. Hétvégén is! Pál István. Tel.: 06-20/947-3928.

Költöztetést, bútor-szállítást, lomtalanítást ponyvás teherautóval vállalok. 30/529-7589.

Üdülési csekk, SZÉPKÁRTYA elfogadása és beváltása. Tel.: 70/564-2280.

Tankönyvek eladók! A győri Apáczai-kar szociálpedagógia szakán használt tankönyvek kedvező áron. A könyvek nagyon jó állapotban

vannak. Listát e-mailben kérésre küldök. Érd.: 06-30/403-3079.

Költöztetés, fuvarozás, lomtalanítás, bútor, műszaki termék szállítása kedvező áron, 2.900 Ft-tól. 30/422-6164.

ÜZLET

Győr, Kálvária utcában 120 m²-es konferenciaterem hosszú távra vagy alkalmakra kiadó. Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

Győr-Szigetben, a Semmelweis u. 8. sz. alatti bérházban utcafronti, 27 m²-es üzlethelyiség kereskedelmi, szolgáltatói tevékenységre vagy irodának hosszú távra kiadó. Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

INGATLAN

Győr-Sashegyen, Volán utcában 800 m²-es zártkert, 30 m²-es, téli- és nyári-nyitott, alapincézett, beépíthető tetőterű téglaházzal eladó. Víz, villany van. 20/801-5541.



Cséren 100 m²-es, földszintes, részben alapincézett lakóépület melléképületekkel. 3.700 m²-es, összközműves telken eladó. Irányár: 1.950.000 Ft. Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

Győr-Gyár- városban háromszobás, 43 m²-es, teljesen felújított társasházi lakás eladó. Ár: 7,5 M Ft. Érd.: 06-70/338-6708.

Győr-Nádorváros elején 4 szobás, 113 m²-es, első emeleti, világos téglalakás eladó a tulajdonostól. Zárt udvaron kocsibeállási lehetőség. 06-30/401-2042.

Keszthelyen, a vízparttól 10 percre 40 m²-es apartman eladó, teljes felszereléssel. 06-96/319-468.

Építési telek Győrzámolyon, Tölgyfa út elején **ELADÓ!** Közművesített, bekerített, 820 m²-es, 18 m utcafronttal, családi házaz övezetben. Érd.: +36-30/9370-230.

Győr-Adyvárosban teljesen korszerűsített és szépen felújított, 53 m²-es, 2 szobás lakás sürgősen eladó. Ár: 8 M Ft. Érd.: 06-70/977-7837.

Albérleteket keresek újonnan Győrbe költöző, megbízható ügyfeleim részére! Érd.: 06-70/977-7838.

Győrszentiván-Kertvárosban, Audítól 5 km-re téli- és nyári-nyitott, 23 m²-es nyaraló eladó. Irányár: 3.200.000 Ft. Érd.: 30/585-9607

Győr-Adyvárosban 1 szoba+étkezős, 36 m²-es, hőszigetelt, műanyag ablakos, redőnyös, egyedi mérős panellakás eladó. Ár: 6,7 M Ft. 06-20/3468-994.

SZOLGÁLTATÁS

NONSTOP zárszerviz! Szerelés, javítás, csere! 70/297-5024

OKTATÁS

Matematikából és fizikából pótvizsgára, őszi érettségire felkészítést vállalok! Tel.: 96/320-548, 20/432-7787

GARÁZS

GARÁZS, 15 m²-es (5,2 mx2,9 m), kitűnő állapotban, saját villanyórával, Győr-Szigetben eladó! Érdeklődni: 06-30/9370-230.

ÉPÍTŐANYAG

NÁLUNK OLCSÓBB! **YTONG** falazóelemek, **SILKA** hanggátló téglá, **MULTIPOR** belső oldali hőszigetelő lapok. YTONG-iroda: Győr, Bácsai út 148/E. Telefon: 96/331-395 YTONG-raktár: Győr, Fehérvári út 75. Telefon: 96/417-957 Mobil: 30/9588-852 www.y-tyong.hu

győr+ HETILAP

HIRDETÉSFELVÉTEL

GOMBOS ÉVA
+36 20 475 1314

CSALA RÓBERT
+36 70 518 0246

Rendkívüli ingyenes szemvizsgálat!

Rendelje meg szemüvegét júliusban és a szemvizsgálatot ingyenesen elvégezzük!

Jelentkezzen a hétfői és szerdai ingyenes időpontokra!

Szemüvegeret + szemüveglencse együtt 19.770 Ft helyett csak 9.770 Ft!

Ajánlatunk akciós szemüvegeretekre és egyfokozú szemüveglencsére vonatkozik (±4.00 Dptr. ±2.00 Dcyl-ig).

Napszemüvegek 40%-os árengedménnyel! **SIR RETRO Polaroid**

Az akció július 1-31-ig tart. *Szemüvegrenyelés esetén ingyenes a szemvizsgálat. Egészséggépztári kártya elfogadható.

Gold Optika
Győr, Arany J. u. 32-34. (Raiffeisen bank mellett)
Telefon: 96/519-868, 30/846-26-71

www.kormanyborozes.hu

KORMÁNYBOROZÁS

SZEMÉLY- és TEHERAUTÓRA

Telefonszám: 70/942-8045

ÚJ NYÁRI ÉTLAPPAL, KIVÁLÓ BOROKKAL, FRISSÍTŐ ITALOKKAL várjuk kedves Vendégeinket Duna-parti grillteraszunkon!

www.amstelhattyu.hu

Amstel Hattyú fogadó
Győr, Töltésszer u. 18. Telefon: 96/518-423

Győr mellett, TÉNYŰN ELADÓ

95 nm-es, 3 szobás, nappalis, nagy konyhás családi ház garázzsal, melléképülettel, áron alul, sürgősen eladó. A gázfűtés mellett lehetőség van vegyes tüzelésű fűtésre is. Az eladási árba győri panellakást beszámítunk.

Irányár: 10.500.000 Ft.
Tel.: 30/376-55-72

1985-ben épült, négyemeletes társasházban lévő, 3 szobás, 68 m²-es, műanyag ablakos, erkélyes, napfényes LAKÁS ELADÓ.

A környék infrastruktúrája kiváló, ABC, bölcsőde, óvoda, általános iskola, autóbusz, fodrászat, kozmetika stb. mind-mind egy lépésnyire megtalálható. A lakás rendkívül csendes, ablakai a gyönyörűen rendben tartott belső udvarra néznek. A panelprogram-pályázata befogadásra került, rövidesen megtörténik a fűtés-korszerűsítés, legkésőbb jövő tavasszal. A földszinten lévő, kb. 15 m²-es közös tárolót két család használja mindösszesen. Az autópálya-feljáró is nagyon közel van.

Irányár: 10.990.000 Ft
Tel.: 70/942-8039



Forrás: LOCOG Ltd. - www.london2012.com

Hosszú utat tett meg az olimpiai láng, mióta május 10-én a nap sugarai fellobbantották az ókori játékok helyszínén, a görögországi Olympiában. Egyesült királyságbeli közel 8.000 mérföldes (kb. 12.870 km) útján több mint 1000 településre viszi el fényével a békét, az egységet és a barátságot. Az alumíniumötvözetből készült fáklya külsejét 8.000 apró kör „borítja”. A tervezői ezzel szimbolizálták az olimpiai lángot vivő 8.000 embert, köztük 15 honfitársunkat, emellett ez a megoldás láthatóvá teszi a fáklya belsejét is, azt a különleges égető berendezést, ami az olimpiai lángot életben tartja az egyesült királyságbeli útja során.

A fáklyát a BMW müncheni szélcsatornájában tesztelték, ahol a szélvihartól az esőn át a rekkenő

hőségig szinte bármilyen időjárási körülmény szimulálható, így készítettek fel a szervezők a szeszélyes brit időjárás viszontagságaira az olimpiai játékok egyik legismertebb jelképét. Mivel a fáklyavivők több mint fele 12 év körüli fiatal, ezért a fáklyát olyan könnyűre kellett tervezni, amennyire az csak lehetséges volt. Ehhez egy – az űrhajózásban és az autógyártásban használt – speciális alumíniumötvözetet használtak, melynek köszönhetően mindössze 800 gramm lett a fáklya súlya.

Az olimpiai játékok megnyitóját 1 héttel talán már csak egy kérdés maradt nyitva, amire minden alkalommal kíváncsian keressük a választ: ki gyűjtja meg az Olimpiai Stadionban a lángot?

Pars Krisztián nagy dobásra készül

Kiváló formában várja a londoni olimpiát Pars Krisztián kalapácsvető. A szombathelyi versenyző 79,72 méteres dobással aranyérmes nyert a Helsinkiben megrendezett atlétikai Európa-bajnokságon, majd 80,85 méteres dobásával diadalmaskodott a Nemzetközi Atlétikai Szövetség kalapácsvető sorozatának madridi versenyén. Pars Krisztián jelenleg egy portugál kisvárosban Németh Zsolt irányításával készül az ötkarikás játékokra.

– Négy-öt ember van, akivel számolni kell Londonban, ők azok, akik bármikor nyolcvanegy méterre lehetnek képesek. Közülük a legnagyobb ellenfelem várhatóan a szlovén olimpiai bajnok Primoz Kozmus lesz. Nyolcvankét méter feletti eredményt szeretnék elérni, ami a dobogóra mindenképp elég lehet. Akkor lennék igazán elégedett, ha pont az olimpián tudnám a legjobb formámat hozni. A Pekingben történeteket magamban már lezártam, a következő feladatra



koncentrálok, meg kell mutatnom, hogy igenis járt volna nekem az az érem négy évvel ezelőtt. A doppingoló fehérórosz versenyzők nagyon sokat ártot-

tak a sportág megítélésének, minden erőmmel azon vagyok, hogy segítsen visszahelyezni azt a korábbi szintjére – nyilatkozta Pars Krisztián a Győr Plusz-nak.

Végleges: 158 fős a csapat

A Magyar Olimpiai Bizottság vezetői véglegesítették a sportolók létszámát, és regisztrálták az indulók adatait a londoni szervezőbizottságnál (LOCOG). Ezek alapján hatályba lépett a magyar olimpiakonok nevezése és akkreditálása a londoni nyári játékokra, a magyar olimpiai csapat tagjai londoni résztvevőnek tekinthetők.

Hétfőn már meg is érkezett Londonba az első magyar hivatalos ötkarikás küldöttség Molnár Zoltán csapatvezetővel az élen. – Az első utunk az olimpiai faluba vezet, hogy előkészítsük a magyar versenyzők érkezését – mondta a csapatvezető.

Sportterasz Győrött

Győr idén is óriáskivetítőt biztosít a megyeháza előtti téren, hogy július 27. és augusztus 12. között minél többen buzdíthassák a magyar küldöttséget. A versenyek közvetítése mellett számos sportággal ismerkedhetnek meg az érdeklődők, akik többek között asztaliteniszben, tornában, evezésben, kajak-kenuban, küzdősportokban és labdajátékokban tehetik próbára magukat. Mindennap büfé áll rendelkezésre, valamint számos meglepetéssel is készülnek a szervezők.



Forrás: LOCOG Ltd. - www.london2012.com

Hullámszó épület

A vízisportcentrum az Olimpiai Park egyik legimpozánsabb épülete, a várakozások szerint számos magyar siker helyszíne lesz. Ez az épület ad otthont az úszás mellett a műugrásnak, a szinkronúszásnak, az öttusa úszószámának és a paralimpiai úszásnak. A építmény leginkább különleges, hullámszó tetejéről lett nevezetes, de számos más különlegesség, érdekesség is található benne. A vízisportcentrum méreteiről sokat elárul, hogy a 17.500 fő befogadására képes lelató felső széksora 85 méterre van a medencétől, a tető belső burkolásához felépített állványrendszer szerkezetéből az Empire State Building 1/4-e felépíthető lenne, a medencét pedig összesen 870.000 darab, kézzel felrakott csempe borítja. A sportolók is több újítással találkozhatnak majd, így például egy vadonatúj formájú ugrótornyot építettek a műugráshoz, az úszómedencékben pedig a leálló padka tetejét 12 fokban megdöntötték, hogy a hullámok lefelé verődjenek vissza.

Éremért utazik Londonba



Szabó Gabriella, Kozák Danuta, Kovács Katalin és Fazekas Krisztina evez a kajak négyesek 500 méteres döntőjében. A magyar csapat a harmadik helyen végzett a zágربی Európa-bajnokságon.

Mikor versenyez?

A női kajaknégyes rögtön a kajak-kenu versenyek első napján, augusztus 6-án, hétfőn vízre száll, ekkor bonyolítják le az előfutamot (11.39 óraker) és az elődöntőt (12.51 óraker). Egynapos pihenést követően augusztus 8-án, szerdán 11.44 óraker rendezik a döntőt, amelyben remélhetőleg a magyar egység is érdekelt lesz.

SZERZŐ: LAKNER GÁBOR
FOTÓ: MTI/KOVÁCS TAMÁS

Győrből két sportoló, a Graboplast Győri VSE színeiben versenyző Fazekas Krisztina és Kammerer Zoltán lehet ott a londoni olimpián. A női kajaknégyes tagja élete első olimpiájára készül, és mindenképpen bízik az éremszerzésben.

Fazekas Krisztina négyszeres világbajnokként és hatszoros Európa-bajnokként 2010-ben házasodott össze Rami Zur amerikai kajakozóval, és az Egyesült Államokban telepedett le. Azóta férje irányítja edzőmunkáját, tavaly pedig már amerikai színeben kajakozva lett ezüstérmes a szegedi világbajnokságon. Idén év elején igazolt vissza Magyarországra, azóta a Graboplast Győri VSE színeiben versenyez. A válogatók után bekerült a magyar kajaknégyes csapatba, melynek

tagjaként részt vehet a londoni olimpián.

– Az olimpiai induláshoz állampolgárság szükséges, nekem pedig még nincs amerikai útlevél. Az egyetlen esélyem a londoni részvételre az volt, hogy visszatérjek Magyarországra versenyezni. Ahhoz, hogy indulhassak a válogatókon, keresnem kellett egy klubot, amelyik befogad. A Graboplast Győri VSE-ről korábban csak jókat hallottam, rendkívül stabil klubnak tűnt, így őket kerestem meg először. Szerencsére jól fogadták az érdeklődésem, így azóta győri színeket versenyzem – mondta hazatérésének háttéréről Fazekas Krisztina, aki a felkészülés nagy részét otthonában, Los Angelesben végezte.

– Nagy álmom vált valóra azzal, hogy ott lehetek az olimpián. Igyeksem nem folyton erre gondolni és az edzésekre fókuszálni. Keményen dolgozunk, ugyanúgy készülök, mint bármelyik nagy versenyre, de már alig

Öt dobogós hely a realitás

Baráth Etele elnök szerint akár hat aranyérem is benne van a jövő pénteken kezdődő londoni olimpián induló kajak-kenu csapatban, Storcz Botond szövetségi kapitány pedig azt mondta, öt dobogós, köztük két első hely a realitás. A Magyar Kajak-Kenu Szövetség (MKKSZ) hétfői, ötkarikás csapatot bemutató sajtótájékoztatóján Baráth Etele úgy fogalmazott: szeretné, ha nem szakadna meg az 1980 óta tartó sorozat, és a küldöttség ezúttal is gyűjtene legalább egy elsőséget. – Ha egyet sem szereznénk, nem nagyon mernénk hazajönni – mondta.

A londoni játékokon tizenhárom kajakos és kenu képviseli a magyar színeket, közülük hatan újoncok. Vajda Attila (C-1 1000 m) és a Kovács Katalin, Douchev-Janics Natasa 500 m-es kajakos duó pedig címvédésre készül. – A Londonban indulók összesen kilenc olimpiai aranyérmes birtokosnak, reméljük, hogy visszafelé ez sokkal több lesz – mondta Storcz Botond. A kajak-kenu versenyek augusztus 6-án kezdődnek, a magyarok 4-én utaznak a helyszínre.

várom az utazást. Úgy gondolom, elég lesz az a két nap, amit a versenyek előtt Londonban töltünk, ennyi idő alatt meg tudunk ismerkedni a körülményekkel. Amennyiben szeles lesz a pálya, jobb is, ha nem érkezünk meg korábban, és megfelelő helyszínen tudunk addig is készülni – fogalmazott a győri sportoló.

– Az Európa-bajnokság után komoly alapozásba kezdtünk, amelyen végre túl vagyunk. Úgy érzem, jó formában van a négyesünk, edzésről edzésre javulunk, folyamatosan fejlődünk. Mindenképpen érmet szeretnénk az olimpián, de tudjuk, hogy nagy csata lesz a dobogós helyezésekért. Úgy utazunk ki, hogy nyerni szeretnénk, mindent meg fogunk tenni a lehető legjobb eredményért. A legnagyobb riválisaink a németek és a fehéroroszok lehetnek, persze előfordulhatnak meglepetések, de az elmúlt versenyek alapján úgy érzem, hogy velünk kiegészülve ez a három egység állhat fel a dobogóra.

Pályán az Audi ETO

Múlt csütörtökön megkezdte a felkészülést a következő idényre a Győri Audi ETO KC. Ambros Martin vezetőedző még nem számíthatott minden játékosára az első tréningen, hiszen heten a junior-világbajnokságon szerepeltek, míg Eduarda Amorim, Jovanka Radicevic, Katrine Lunde Haraldsen és Heidi Löke a londoni olimpiára készül hazája válogatottjával. A nyáron igazolt kézilabdázók – Herr Orsolya, Hornyák Dóra, Rédei-Soós Viktória és Szepesi Ivett – már az első naptól kezdve részt vesznek a közös munkában.

– Nagyon szívélyesen fogadott mindenki, amit külön köszönök. A lányok délelőtt megcsinálták a fizikai erőfelmérőket, szemmel láthatóan jó erőállapotban vannak – fogalmazott Ambros Martin, aki a BL-sorsolásról és a várható változásokról is beszélt. – Egyetlen ellenfelet sem szabad lebecsülni, de való igaz, hogy a Ljubljaná-

nak nagyon erős csapata, nagyon jó játékosállománya jött össze erre az évadra. A lehető legtöbb meccset szeretném megnyerni, és természetesen velük is meg kell mérkőznünk. Azt azonban el szeretném mondani, hogy elsősorban a saját csapatomra koncentrálok, és ha elérkezünk a Krim elleni meccshez – amit szintén hozni kell –, akkor reméljük, azt is kedvező eredménnyel és jó szájjal zárhatjuk. Két dolgot emelnék ki, ami nagyon fontos változás lesz. Egyrészt szeretném, ha ebben az évadban sokkal kevesebb gólt kapna a csapat, mint az előzőben, vagyis a védekezésen nagyon sokat fogunk dolgozni. Másodsor pedig a lányok egyéni kvalitásait szeretném sokkal jobban kihasználni, és ehhez megfelelő taktikai húzásokra lesz szükség – mondta a spanyol vezetőedző.

– Nagyon rövid volt a nyár, főleg annak fényében, hogy milyen hosszú volt a szezon és mennyi munka vár



ránk. A szünet kellemesen, családi körben telt, így kipihentem érkeztem a csarnokba – nyilatkozta a válogatott kapus, Herr Orsolya, aki három év után jelentkezett újra edzésre a Magvassiban. – Nagyon jó érzés volt újra belépni az öltözőbe, korábban is nagyon szerettem itt lenni. Örülök a visz-

zatérésnek, remélem, hasonló vagy még nagyobb sikereket ér el a csapat, mint amikor itt játszottam. A BL-döntő és a hazai címvédések idén is szerepelnek a célkitűzéseink között, emellett szeretnék a szerbiai Európa-bajnokságon is jól szerepelni, örülnék egy éremnek ezen a szinten is.



Korosztályos sikerek

A Gárdonyi-iskola kézilabdázói hagyományosan nemzetközi kézilabdatornán vesznek részt a nyári szünetben, idén az olaszországi Gaeta volt a célállomás. Mivel az utazást nagymértékben támogatta a Győri Audi ETO KC, a résztvevő három korosztályos csapat több ETO-érdekel-

ségű iskola tanulóiból (Gárdonyi, Kazinczy Toldi DSE) állt össze. Az U10-esek Baksa Péter, az U12-esek Kányainé Werli Tímea és Gellér Ferenc, az egy korosztályal feljebb induló U14-esek pedig Gellér Ferenc vezetésével szerezték meg a torna-győzelmet.

Ökölvívás. Nyolcszoros magyar bajnok, kétszeres Európa-bajnoki bronzérmes ökölvívóval erősített a Patent Gladiators. A magyar amatőr válogatott alapembere, a nehézsúlyú Damos József a győri klubot erősíti a BoxingOne Championship következő szezonjában. Nagy Zoltán együttese ezüstérmes lett a júniusban véget ért bajnokságban.

EB-győztes erősítés



A Rába ETO futsalcsapatában folytatja pályafutását a 13-szoros spanyol válogatott, Európa-bajnok játékos, Juan Ramón Rodríguez Calvo, művésznéven Juanra. Hozzá csatlakozott a 27-szeres portugál válogatott Fabio Aguiar, akit az egyik legjobb futsalosnak tartanak hazájában. A külföldi igazolások mellett két magyar fiatal, Horváth Gergő és Ravasz Tibor is Győrött kezd meg a felkészülést.

Női kézilabda. Bronzérmes lett a magyar válogatott a csehországi női junior kézilabda-világbajnokságon. Róth Kálmán együttese a harmadik helyért folytatott párharcban hosszabbítás után 26–24-re győzte le Szerbiát. A csapatban hét győri játékos – Horváth Dóra, Palkó Fruzsina, Pelczéder Orsolya, Pásztor Bettina, Planéta Szimontetta, Schatzl Nadine és Tóth Eszter – szerepelt.

Győrött kezdett Rátgéber csapata

A magyar férfi kosárlabda-válogatott Győrött kezdte meg a felkészülést az augusztus tizenötödikén kezdődő Európa-bajnoki selejtezőkre. A Rátgéber László vezette nemzeti csapat tíznapos

edzőtáborban vett részt váro-sunkban. A magyarok Pécssett, Szombathelyen, Léván és Belgrádban folytatják a munkát, és összesen hat edzőmérkőzést játszanak majd. A mieink Ausztriá-

val, Horvátországgal, Ciprussal és Ukrajnával csapnak össze a selejtezősorozatban, az oda-vissza vágós rendszerben nyolc mérkőzésen dől el, hogy ki vehet részt a kontinensviadalon.

Egy győzelem, egy döntetlen



A Győri ETO FC szombaton kettős mérkőzést játszott a cseh élvonalbeli FC Slovácko ellen. A zöld-fehérek előbb 2-0-ra nyertek (Gsz.: Varga R., Aleksidze), majd 1-1-es döntetlent értek el (Gsz.: Varga R.). Ezúttal négy próbajátékos lépett pályára, közülük Pintér Attila javasolta a cseh Michal Svec és a román Mihail Dina szerződtetését.

Elkezdődött a bérletek árusítása a következő szezonra, melyeket a szurkolók mindennap 10-től 18 óráig az ETO Park földszintjén található ETO Shopban vásárolhatnak meg. Bérletet csak a földszint szektoraiba lehetséges váltani, illetve a hazai ultráknak a nyugati L szektorba is. További részletek a www.eto.hu honlapon található, érdeklődni Kovács Tivadarnál (30/461-8908) vagy Kóvári Henriettnél (30/530-7340) lehet.

A Gyirmót hétvégén leigazolta Balogh Zoltánt (FTC) és Illés Gyulát (DVSC).



Hány évesen kezdjük?

SZERZŐ: KRÁNITZ BERNADETT
FOTÓ: VARGA NÓRA

Nagyon sok téveszme kering többek között arról, hogy kinek, mikortól, mit szabad edzenie. Szerencsére ma már nemcsak az ilyen-olyan szóbeszédre kell támaszkodnunk, hanem a különböző tudományágak által gyakran sokszorosan igazolt tételeket is érdemes megismerni. Gyakran kérdezik, hány éves kortól lehet, szabad konditerembe járni? Amennyiben nincs külön kezelést igénylő egészségügyi problémája az illetőnek, 14 éves kortól minden további nélkül végezhet súlyos edzéseket, nyilván betartva a fokozatosság elvét. Ebben az esetben nem kell tartani a növekedésben való visszamaradástól. Megjegyezném, hogy rengeteg sportágban dolgoznak nagy súlyokkal is, hiába nem súlyzó formája van. Talaj- és szertornánál gyakran a két kar viseli a teljes test súlyát, cselgáncsnál, birkózásnál az ellenfelet kell emelni, dobni, és ezek a sportok 6 éves kortól űzhetők. Tehát fejlettségtől függően élettani szempontból nem kifogásolható, ha valaki – 14 évesen, eleinte edzői felügyelettel – a vasak segítségével is szeretné erősíteni testét. Várjuk szeretettel stúdióinkban! Bővebb információt a www.speed-fit.hu honlapon talál! Speedfit – Fitness mindenkinek!

Aranyeső Portugáliában

A magyar versenyzők tizenhárom arany-, kilenc ezüst- és négy bronzérmert gyűjtöttek, ezzel toronymagasan az élen végeztek az éremtáblázaton, és megnyerték a nemzetek közötti pontversenyt is a portugáliai Montemor-o-Velhóban rendezett ifjúsági és U23-as kajak-kenu Európa-bajnokságon. A Graboplast

Győri VSE versenyzői közül tizenhatan vettek részt a kontinensviadalon.

Az ifjúságiak között ezüstérmes lett Bordács Blanka és Czéllai-Vörös Zsófia (K-2 1000 m). Khaut Kristóf két második (C-1 1000 m és C-1 500 m) és egy hetedik (C-1 200 m) helyezést ért el. Lakatos Zsanett (C-1 200 m) és Balla Virág (C-2

500 m) bronzérmes, Takács Tamara (K-4 500 m) negyedik lett, míg Szalay Bence és Varga Patrik egy második (C-4 1000 m) és két ötödik (C-2 1000 m és C-2 500 m) helyezést ért el.

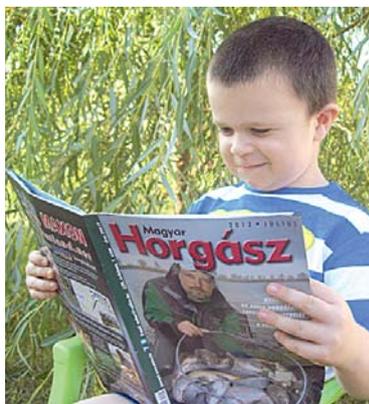
Az U23-as korosztályban Farkasdi Ramóna aranyérmes lett (K-1 1000 m), akárcsak Takács Kincsó, aki egyesben (C-1

200 m) és Baravics Gyöngyvérrel párosban (C-2 500 m) is diadalmaskodott. Lantos Ádám (C-1 200 m) bronzérmes lett, Dushev Krisztián (K-1 200 m) negyediként, Kovács Attila és Péter Kristóf (K-4 1000 m) hatodiként, Dushev Krisztián és Hérics Dávid (K-2 200 m) hetediként ért célba.

Fókuszban a versenyhorgászat

Magyarországon a sporthorgász közösség elismert lapja az országos szövetség (MOHOSZ) által kiadott, népszerű Magyar Horgász című havilap. Sorozatunk harmadik részében az újság versenyhorgászattal foglalkozó részét mutatjuk a be a győri származású főszerkesztő, Szalay Ferenc segítségével.

– A Magyar Horgász tartalmában nagyon sokszínű, ennek köszönhetően a versenyhorgászok is találnak a lapban újdonságokat. A versenyhorgászat olyan, mint az autóversenyzésben a Forma-1, az újdonságok először itt jelennek meg – mondta Szalay Ferenc, aki hosszú ideig volt a MOHOSZ ügyvezető elnöke, és immár tizenöt éve a Nemzetközi Sporthorgász Szövetség munkájában is részt vesz, a szervezet alelnöke. – Régóta kítűzött célunk volt, hogy a világ legjobb horgászai-



nak tudását bemutassuk olvasóinknak. Betöltött funkcióimból adódóan személyesen is jól ismerem a külföldi versenyhorgászokat, ennek köszönhetően például napjaink egyik legjobb horgásza, az ötszörös egyéni világbajnok Alan Scothorn osztja meg tudását az olvasókkal. Rajta kívül az

egyéni és csapat kategóriában is világbajnok Hajdú Livia tollából szintén sok újdonságot tudhatnak meg az érdeklődők. Világbajnokok sora, így Magyar Szilárd, Katus Gyula és Walter Tamás szintén állandó munkatársa lapunknak. A Magyar Horgász egyúttal a MOHOSZ Országos Versenyhorgász Bizottságának hivatalos fóruma. Itt jelennek meg az országos versenyek hivatalos kiírásai, a bizottság közleményei. Beszámol a lap a rangosabb halfogó versenyekről és a külföldi és hazai világversenyekről, valamint a magyar horgászcsapatok által elért eredményekről. A Magyar Horgász Klub Szuper Kupa egy lapunk társrendezésében, április és október között megrendezett, tízfordulós versenysorozat, melyen örömteli módon egyre többen vesznek részt – tájékoztatta olvasóinkat Szalay Ferenc.

Triatlon. Poór Brigitta hatodik lett a Hollandiában megrendezett tereptriatlon Európa-bajnokságon. Az X2S Zaboo PRO Team versenyzője a női mezőny legjobb idejét úszta a jéghideg vízben, majd nagyszerű kerékpározással vette fel a versenyt a profi sportolókkal.

Büntény az állatkertben

KÉP ÉS SZÖVEG: XANTUS-ÁLLATKERT

A Xantus János Állatkert természetvédelmi mentőhelyére idén is érkeztek elárvult róka gyerekek. A két kis állat anyját valószínűleg autó ütötte el, a testvérpáron jóvaló emberek segítettek. A fiatal rókák nem képesek el látni magukat, szükségük van az emberre. A gondozók először felerősítik, majd azért, hogy előbb-utóbb visszazárhassanak természetes környezetükbe, vadászni tanítják őket. Nehéz ellenállni az aranyos kölyköknek, de muszáj, hiszen a sikeres szabadon engedés alapja, hogy minél kevésbé szelídüljenek meg, minél jobban tartsanak az embertől.

A felnevelt állatokat gondosan megválasztott, a lakott területtől és az állatkerttől távol eső helyen engedik szabadon, a közeli erdő rókái körében mégis elterjedt a hír, hogy a kerítésen belül könnyű finom falatokhoz jutni. Valószínűleg az egykori ápolitak is visszajárnak látogatóba, ami az állatkert dolgozóinak

komoly fejtörést okoz a bentlakó, szabadban éjszakázó állatok miatt.

A korábbi években is előfordult egy-egy rejtélyes eltűnés, ám az idén



nagyon súlyos büntények történtek. A szakemberek már rábukkantak a tettes rókák lábnyomaira, felfedezték a titkos átjárókat, ahol éjszakánként belepóznak, de az állatkert elveivel ellentétben az állatok elpusztítása. Élve kell elfogni és olyan helyre telepíteni őket, ahol nem okoznak bosszúságot. Hetek óta tart a hajtóvadász, és egyre inkább bizonyosodik, hogy a rókák ravaszágáról szóló mesék igazak. Hiába a sok próbálkozás a legfinomabb csalétekkel, a trükkösen elhelyezett csapdákkal: a ravaszdiak még mindig szabadon garázdálkodnak.

Nyerjen lovas kalandtúrát!

A Tóth Tanya Lovasklub (Bőny, Páskom u. 5.) jóvoltából 15 főre szóló lovas kalandtúrát nyerhet, aki velünk játszik. Nem kell mást tenni, csak helyesen válaszolni három kérdésünkre, melyhez segítséget ad a július 6-i számunkban megjelent „Egy darab Hortobágy Győr mellett” című cikkünk.

1. Mi a csikószakma megkoronázása?
2. Hogy emlegetik az Alföldön Tóth Lászlót?
3. Ki állt fel először a „pusztaötösre”?

A válaszokat a jatek@gyorplusz.hu címre várjuk július 25-ig. Jelige: „Kalandtúra”.



A legjobb klímamegoldások az ön számára!

Segítünk kiválasztani az önnek legideálisabb klímaberendezést, légtisztítót lakásába, irodájába!

A SINCLAIR és a japán DAIKIN cég teljes termékskáláját kínáljuk önnek kedvező áron.

Valamennyi készülék 3 év teljes körű garanciával. Rövid szállítási határidő.

Hőszivattyúk, klímamegoldások = Anemo Optima Kft.

Anemo Optima Kft.
9024 Győr Kálvária u. 4-10.
Tel.: 96/200-220, 20/921-5861

Kalauz

Felnőtt- és gyermekorvosi ügyelet Győr, Liezen-Mayer u. 57. Tel.: 96/412-221. Hétfőn, kedden és csütörtökön 16 órától másnap reggel 7 óráig. Szerdán 13 órától 7 óráig, pénteken 14 órától 7 óráig. Munkaszüneti és ünnepnapokon az ügyelet folyamatos.

GYŐR-SZOL hiba- és karbejelentés Éjjel-nappal hívható: 96/50-50-55.

GYŐR-SZOL telefonos ügyfélszolgálat A 96/50-50-50-es számon munkanapokon 7 és 16 óra között hívható.

GYŐR-SZOL ügyfélszolgálat
E-mail: info@gyorszol.hu
Jókai út Nyitva hétfőtől szerdáig és pénteken 8-tól 16 óráig, csütörtökön 20 óráig. A pénztár 30 perccel előbb zár. Tel.: 96/512-570.

Orgona utca Az ügyfélszolgálat 8 órakor nyit. Hétfőtől szerdáig 16 órakor, csütörtökön 17 órakor, pénteken 14 órakor zár. A pénztár 30 perccel előbb zár. Tel.: 96/505-051. Fax: 96/505-099.

ETO Park Az Információs Pont hétfőtől péntekig 9-17 óráig tart nyitva. Tel.: 96/815-905.

PANNON-VÍZ Zrt. Hibabejelentés: 96/311-753. Közterületi hibabejelentés a 06-80/204-086-os ingyenes zöld számon. Ügyfélszolgálat: 96/522-630. Hétfőtől csütörtökig 7.30 és 15.30, pénteken 7.30 és 13.30 között.

Horoszkóp

KOS
A héten őrizték meg nyugalmaikat, vezessék le feszültségeiket inkább valamilyen sportban. Barátaikra, szerelmükre vigyázzanak jobban, próbáljanak értékes időt tölteni velük.

BIKA
Életükbe most beköszönhet a szerelem, ha már van párjuk, nagyon szép időszakot élhetnek meg. Vigyázzanak a pénzükre, ne költsenek feleslegesen. Fontos lenne az egészségükkel többet foglalkozniuk.

IKREK
Végre alkothatnak, tele vannak új ötlettel, új tervekkel, akár a magánéletükben, akár a munkában. Az irigyeik száma megnő ebben az időben, de ne foglalkozzunk ezzel, inkább a saját életükkel törődjenek, ez szerencsés időszak.

RÁK
Életükben a munka kerül előtérbe. Használják ki ezt az időszakot, járjanak minden ügy végére. Hétfévégén aztán többet lehetnek családjukkal és barátaikkal is. Figyeljenek egészségükre, gyomrukra, ne egyenek össze-vissza.

OROSZLÁN
Merjenek most nagyot álmodni, írják le vágyaik, terveiket. Párkapcsolatukban, ha szükséges, változtassanak egy-két dolgon, ami jól működik, azt erősítsék meg. Használják ki most kreativitásukat, érdemes alkotniuk.

SZŰZ
Lazíthatnak végre, a nehézségeken túl vannak. Ideje a párkapcsolatukkal foglalkozniuk, feltessenek több energiát erre, találjanak ki közös programokat, kirándulást, vacsorát. Munkájuk rendben van.

MÉRLEG
Most kedves Mérleg szülöttek, mérlegeljék életüket és engedjék el múltjukat, mindazt, ami nem tartozik már önhöz, és kezdjenek új lappal. Tervezzék meg az elkövetkező időszakot, minden félelem nélkül! Töltődjenek fel mindezek előtt.

SKORPIÓ
Ideje többet pihenniük, ha tudnak, utazzanak el. Családjukkal, barátaikkal legyenek többet, szervezzenek találkozót, engedjék meg maguknak a vidámságot, a bulizást. Ez most a szabadság ideje az önök számára.

NYILAS
Törődjenek többet párjukkal, rendezzenek le minden konfliktust, próbáljanak a pozitívumokra és a jó dolgokra koncentrálni. Munkájukban nagyon hatékonyak, új motivációra találnak, amiket érdemes kihasználniuk.

BAK
Végre lazíthatnak. Járjanak nyitott szemmel, ha nincs párjuk, most önökre találhat a szerelem. Ha van párkapcsolatuk, akkor törődjenek többet párjukkal, élvezzék az együtt töltött időket. Munkájukra figyeljenek jobban.

VÍZONTÓ
Ha nem figyelnek, stresszes időt élhetnek meg mások problémái miatt. Inkább magukkal törődjenek, a saját soraikat rendezzék. Párjukkal beszéljék meg a problémás helyzeteket, pihenjenek többet.

HALAK
Maradjanak nagyon higgadtak, mind a munkában, mind pedig a magánéletükben. Tartsák meg lelki békéjüket, figyeljenek magukra jobban, törődjenek többet magukkal. Ha kell, kérjenek segítséget.

FÁJDALOMMENTES
GYOMORTÜKRÖZÉS
VASTAGBÉLTÜKRÖZÉS
ALTATÁSBAN
VASTAGBÉLRÁK SZŰRÉS
VÁRÓLISTÁK NÉLKÜL, EGÉSZSÉGPÉNZTÁRRÁ IS!

KARDIREX
EGYNAPOS
SEBÉSZETI CENTRUM

Kardirex Egynapos Sebészeti Centrum
9024 Győr, Táncsics Mihály u. 43. +36 70 379 2505
www.kardirex-sebeszet.hu