



5. oldal A fiatalok motiválttá váltak a mindennapos testmozgás iránt – derült ki az önkormányzat és az Apáczai-kar felméréséből. A programmal a fiatalok életmódváltását segítene elő.



4. oldal Lovász Gyula akkor sem panaszkodna, ha lenne miért, hiszen a legjobb helyen azzal foglalkozhat, amit szeret – mondta lapunk Miért szeretem Győrt? rovatának a szabadhegyi borász.

7. oldal Letelepelői fórumot tartottak a Győri Nemzetközi Ipari Parkban, ahol bemutatkozott Görög Tibor, a kft. új ügyvezető igazgatója, akitől a résztvevők megtudhatták: a vezetőváltással járó átadási folyamat zökkenőmentesen lezajlott, az ipari park a megszokott rend szerint üzemel tovább. A rendezvény az előző fórum megtartása óta letelepedett vállalkozások bemutatkozásával zárult.

GYŐR

hetilap

Minden pénteken.

www.gyorplusz.hu

**Egészség
Kultúra
Innováció**

A jövő Győrben épül.

Győr Plusz közéleti hetilap / II. évfolyam 43. szám / 2012. október 26., péntek / Megjelenik 56.000 példányban



Írásunk a 3. oldalon Régiós útirány

Részletes tévéműsor

15–17. oldal



20–21. oldal Bár még nincs influenzajárvány, ideje felkészülni a betegség megelőzésére. Többek között a hatékony módszerekről is olvashatnak Vény nélkül mellékletünkben.



28. oldal Ugyan a versenyszezon még csak most ért véget, de már a következő idényre készül Nagy Péter, a Graboplast VSE kenus, aki a legjobbnak bizonyult az MKB ranglistaversenyében. A lista készítői a versenyzők egész éves teljesítményét vették figyelembe.

15

millió dollár értékben szállít speciális első futóműveket az amerikai Marmon-Herringtonnak a Rába. A megbízás hátterében brazil igények állnak, a vb-re, majd olimpiára készülő országban nagy a kereslet a belbiztonsági feladatokra bevethető járművekre.

Tehetséggondozás matematikából

A matematika iránt érdeklődő, abban jó eredményeket elérő felső tagozatos tanulók számára ingyenes tehetséggondozó órák kezdődnek az Apáczai-kar kettős épületében. A foglalkozásokat dr. Csóka Géza főiskolai tanár, a matematikatudomány kandidátusa vezeti szerdánként 14.30-16 óra között.

Óraátállítás

Vissza kell állítani vasárnap hajnalban 3 órakor 2 órára az órákat, ezzel elkezdődik a téli időszámítás. A kutatók jelenleg megosztottak a kérdésben, hogy van-e értelme az óraátállításnak, amit eredetileg takarékosági okokból vezettek be.

Játékunk nyertese

A Győr Plusz 42. heti játékát Varga Ivett nyerte. Szerencsés játékosunk két főre szóló belépőt vehet át szerkesztőségünkben a világhírű musical-thrillerre, a Jekyll & Hyde-ra.

Adyvárosi piknik

Piknikre várta Radnóti Ákos önkormányzati képviselő Borkai Zsolt polgármesterrel a Kodály Zoltán utca és az Ifjúság körút kereszteződése mellett a környék lakóit, ahol ünnepélyes keretek között átadták a megújult közösségi teret. A lakóutcaprogram ke-

rábban elavult, és az összetöredezett betonlapok miatt balesetveszélyes volt.

Radnóti Ákos hozzátette, az átalakítás 9,5 millió forintba került, valamint még félmillió forintot fordítottak a parkosítási munkákra. Kifejtette, a közelmúltban



retében felújították a Kodály Zoltán utca 2. A, B, C és D épülete előtti széles járdát, a zöldterületek rendezésére pedig Radnóti Ákos biztosított támogatást.

Borkai Zsolt elmondta, összefogás eredményeként készülhetett el a pihenőpark, a lakók ugyanis ötleteikkel, javaslataikkal folyamatosan segítették a munkát. Hozzátette, öröm olyan beruházást készre jeleníteni, ami az emberek komfortérzetét javítja. A tízemeletes épületek előtti terület ugyanis ko-

több fejlesztés is megvalósult a körzetben, mint például a Móra-iskola felújítása, vagy az Ifjúság körút világítás korszerűsítése, de most is zajlik több fejlesztés: a kerékpárút építése, valamint az adyvárosi tó rehabilitációja.

A városatyák aztán választottak a piknik résztvevőinek kérdéseire, majd Radnóti Ákos ígéretet tett, hogy a jövőben folytatni fogják a felújítási munkát, valamint a felmerülő igényekre keresik a megvalósítás lehetőségeit.

10

illetve 7 forinttal csökkenti a 95-ös benzin és a gázolaj literenkénti nagykereskedelmi árát pénteken a MOL Nyrt. A mostani csökkentéssel a 95-ös benzin átlagára 423-424 forintra, a gázolajé pedig 430-431 forintra esik.

NAPRÓL NAPRA

- Október 19. Elkészült.** A tervezettnél hamarabb készült el a Petz-kórház B és D épületét összekötő új folyosó. A régit az egykori C épülettel együtt bontották el, a betegeknek és a kórház dolgozóinak több mint egy évig ideiglenes folyosón kellett közlekedniük.
- Október 20. Premier.** A világhírű musical-thriller, a Jekyll & Hyde-ot mutatták be a győri színházban. A darab R. L. Stevenson Dr. Jekyll és Mr. Hyde külföldi esete című novellája alapján készült.
- Október 21. Káposztafesztivál.** Több mint 500 kiló káposztát savanyítottak Győrújfalun a káposztafesztiválon. Az esemény célja, hogy megismertesse a fiatalokkal a település hagyományait.
- Október 22. Régi-új elnök.** Ismét Nagy Dávidot, a Széchenyi-egyetem hallgatóját választotta meg vezetőjévé a Hallgatói Önkormányzatok Országos Konferenciája (HÖÖK).
- Október 23. Megemlékezés.** Ötvenyven emlékezett meg a megyei önkormányzat az 1956-os forradalom és szabadságharc eseményeire, hőseire.
- Október 24. Kábeltolvajok.** Két fiatal fiút értek tetten a rendőrök, mikor Újvárosban a használaton kívüli vasúti sín mellett ástott árokból a hangfrekvenciás rézkábeleket akarták eltulajdonítani. Ellenük lopás miatt indult eljárás.
- Október 25. Egészségnap.** A Győri Többcélú Kistérségi Társulás tartott egészségnapot a győri gyermektáborban. A program célja a fiatalok tudatos, egészséges, felelős életmód- és szemléletformálása volt.



Régiós zászló alá vonják a megyei Volán-társaságokat

SZERZŐ: SZIGETHY TEODÓRA
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Meghatározott ütemezés szerint halad a Volán-társaságok átalakítása, melynek első lépéseként 2012 végéig a jelenlegi 24 cégből 7 régiós vállalat kialakítása történik meg, a budapesti központú Volánbusz és hat regionális társaság (holding) létrehozásával. Azt a társaságot, amelybe a Kisalföld Volánt is bevonják, Papp László, a Vasi Volán Zrt. vezérigazgatója irányítja majd. A Magyar Nemzeti Vagyonkezelő közleménye szerint a következő hetekben a jelenlegi vezérigazgatók – így a Kisalföld Volánt irányító Pócsa Mihály is – más vezetői megbízást kaphatnak.

Meghatározott ütemezés szerint halad a Volán-társaságok átalakítása a közlekedésért felelős Nemzeti Fejlesztési Minisztérium felügyelete alatt és a Magyar Nemzeti Vagyonkezelő Zrt. koordinálásával. A fokozatos átalakítás a közösségi közlekedés hatékonyságának növelése érdekében szükséges a 2010-ben megfogalmazott kormányzati szándék szerint – reagált lapunk megkeresésére a Magyar Nemzeti Vagyonkezelő Zrt. (MNV).

A szükséges változtatások elvégzésére munkabizottságok alakultak a Volán-társaságok, a minisztériumok és a vagyonkezelő munkatársainak részvételével. A közös munkabizottságok tagjai a Volán-társaságok működésének területeit vizsgálva szakmai alternatívákat és javaslatokat dolgoznak ki a fokozatos átalakítás haté-

kony lebonyolításához. Első lépésként 2012 végéig 7 régiós cég kialakítása történik meg, a budapesti központú Volánbusz és 6 regionális társaság (holding) létrehozásával. A Volánbusz Zrt. mint önálló régiót alkotó társaság működik majd tovább. A jelenleg működő Volán-társaságok pedig az adott régiós holding irányítása alá kerülnek, de jogi önállóságukat az átalakítási folyamat első szakaszában megtartják. A megyénkben működő Kisalföld Volán az északnyugat-magyarországi régió Volán-társaságához tartozik majd a Bakony Volán Zrt.-vel, a Balaton Volán Zrt.-vel, a Somló Volán Zrt.-vel, valamint a Vasi Volán Zrt.-vel együtt. A társaság kijelölt vezetőjének Papp Lászlót, a Vas megyei társaság vezérigazgatóját nevezik ki – közölte az MNV kommunikációs osztálya.

A régiós átszervezés eredményeként kialakuló holdingok az eddigiekénél hatékonyabb, versenyszempontból felkészültebb vállalatok lesznek, ami a szolgáltatás minőségének javításával az utazók érdekét is szolgálja – írta a közlemény.

Az új régiós társaságok az eddigi tevékenységük összehangolásával a jelenlegi működéshez képest hatékonyabban szolgálhatják a közösségi közlekedést, biztosítva ezzel a közpénzek és a költségvetési források eredményesebb felhasználását.

Az átalakítási folyamat egyik fő lépéseként az elkövetkezendő hetekben a Volán-társaságok közgyűlésein a jelenlegi vezérigazgatók más vezetői

megbízást kapnak és kinevezik a régiós vezetőket. A személyi döntéseket az MNV Zrt. költségvetésként, a szakmai szempontok figyelembevételével, az érintettekkel közös meg egyezésre törekedve készítette elő.

Ennek megfelelően az új régiós vezetők a Volán-társaságok jelenlegi vezérigazgatói közül kerülnek ki. A korábbi vezérigazgatók döntő többsége pedig az adott társaságnál, a létrejövő holding vezetői struktúrájában segíti az átalakítást, mivel mind az MNV Zrt., mind a szakmai felügyelet gyakorló Nemzeti Fejlesztési Minisztérium fontosnak tartja, hogy a szakmai tapasztalatuk az új felépítésben is hasznosuljon – mutatott rá a vagyonkezelő társaság kommunikációs osztálya. Pócsa Mihály, a Kisalföld Volán elnök-vezérigazgatója lapunk megkeresésére ezzel kapcsolatban elmondta, egyelőre tárgyalásban van az MNV-vel arról, hogy a jövőben marad-e a Volán-társaságnál, s ha igen, akkor milyen feladatok tartoznak majd hozzá.

Pócsa Mihály még tárgyal arról, marad-e az új társaságnál

Az átalakítás következő ütemében az MNV Zrt. feladata a teljes fúzió megvalósítása, melynek eredményeképpen összesen 7 Volán-társaság marad. A tervek szerint a teljes szervezeti integráció 2014 végére valósulhat meg.

Harc az életért

Hihetetlen bátorsággal, marknyi sereggel a háta mögött indult útnak néhány éve a kicsi hős egy olyan háborúba, amelynek megnyerésére nagyon kevés esély látszott. Olyan ellenséggel szállt harcba, amit legyőzni aligha lehet, inkább csak ketrecekbe zárni. Nála jóval erősebbek sem mertek volna szembenézni ezzel a fenevaddal, ő mégis kénytelen volt. Az eleven kislány nem másért küzdött, mint az életéért, a másnak olyan természetesnek tűnő falat kenyérért, a korty vízért, a gondtalannak tetsző játék lehetőségéért, azért, hogy egyszer normális felnőtt lehessen. A kislányba hatalmas erő szorult, s mindenki csodálatára az első útközteket megnyerte a testében bujkáló ellenség, egy súlyos betegség, az úgynevezett Smith-Lemli-Opitz szindrómával szemben. Az apró sikerek azt jelentették, hogy az eddig normál úton táplálhatatlan kislány lenyelt néhány korty folyadékot. A kórral vívott végteleknek tűnő háború azonban mindenkit megviselt, pedig a harc még korántsem ért véget. A csillogó szemű kicsi lány viszont nem adta fel, őszinte szándéka a gyógyulásra sokakat maga mellé állított, s még ha ugyan a háborút neki kell is megvívnia, olyan segítőköt gyűjtött maga köré, akik újra és újra erőt adtak neki az előtte álló útköztekhez. Együtt támogatta az idős, a fiatal, a szülő és az egyedülálló, az édesapja munkatársából verbuválódott csapat, cégvezető és dolgozója, az újságíró és a zenész. Most újra előttünk a lehetőség, hogy erőt adjunk, hogy segítsünk: november 10-én, a Széchenyi-egyetem éttermében tartott jótékonysági koncerten Burján Hanna mögé állhatunk, hogy ha apránként is, de maga mögött tudhassa a betegséget, övé legyen a lehetőség az egészséges életre.

Szigethy Teodóra

Nivegy-völgy

„A völgyet nyugatról a Káli-medence, keletről a Dörgicsei-szárazvölgy határolja, északi szomszédja Nagyvázsony, a déli Zánka. Ötezer éve lakott vidék, ma öt falut találunk benne, központjuk Szentantalfa. A szőlő a medencét határoló hegyek oldalán terem, talán a rómaiak öt évszázados uralma óta.”

Szabadhegy

„A mai Szabadhegy magas teraszán egy 1221-ből származó oklevél szerint királyi vincellérek és szőlőművesek laktak. Magát a települést Zeuleus, Szöllös néven emlegették, az itt élőknek a török megszállásig bizonyítottan legfőbb elfoglaltsága volt a szőlőművelés, a borászat. Az ültetvények Győr ostroma és négyéves török megszállása idején is megmaradtak, sőt, menedékkül szolgáltak a jobbgyoknak, a katonáknak. A győri vár szökevényei a hegyen szabadok lettek. Innen a mai Szabadhegy név. Szőlő ma már mutatóban sincs, de szüreti mulatságot mindenki összel rendez a városrész. Mindenki megköstölhatja a Lovász borház újborát.”



Lovász Gyula: A lehető legjobb helyen vagyok

SZERZŐ: GAÁL JÓZSEF
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Saját pincéjében akkor sem panaszkodna Lovász Gyula, ha lenne miért, így aztán kevés derűsebb helye van Szabadhegynek a Zichy utcai borház alsó traktusánál. A család kis híján harmincéves vállalkozása a Balaton-felvidék, közelebbről a Nivegy-völgy levét juttatja el a győri régió, első sorban a nagyváros fogyasztóihoz. Az ügyvezető szerint áldás van a házon, hiszen a tó, a magyar tenger kedves a győriek szívének, a jóféle balatoni rizling mindig kelendő portéka lesz errefelé.

Lovászkék a múlt század hetvenes éveiben költöztek Szárföldről Győrbe, ahol a családfő kiskocsmát nyitott. Gyula emlékei szerint édesapja tehetséges vendéglős volt, ő alapozta meg pörköltjeivel és kisfröccseivel az adyvárosi Betérő jó hírét. Kocsmárosként szentantalfait mért, borkereskedőként is hűséges maradt az erdők koszorúza, varázsos Nivegy-völgyhöz. Kicsiben kezdte, a nádorvárosi garázsoltban két darab százlúter literes hordó várta a szomjas győriekeket, az utánpótlást egy keletnémet Barkas szállította át a Bakonyon.

A hőskor után annak rendje és módja szerint jött az aranykor, a rendszerváltás körüli években megszorodtak azok a magánkézben lévő vendéglátóhelyek, amelyek a nagy borgazdaságoknál rugalmasabb beszállítót kerestek maguknak. A Lovász család Szabadhegyen épített borházat, viszonteladó partnereik száma gyorsan túllépte a százat, éves forgalmuk a félmillió litert. Az ügyvezető nem csak a házi rendbe foglalt, kötelező optimizmus miatt mondja, hogy kereskedését a mostani szűk esztendő sem szorítja. A kocsmák, vendéglők, éttermek forgalma visszaesett, de a borról nem mondanak le az emberek. A borházban vásárolnak és otthon, családi, baráti körben poharaznak, kvaterkáznak, füstölnek kedvükre.

A Balaton-felvidéken az átlagosnál kevesebb, de jobb szőlő termett az idén. A mustfok kiemelkedő évjáratot ígér, a savak szépek, a rozék és a fehérborok már tartályokban, hordókban, palackokban vannak. A csapadék kevés volt, az ültetvényeknek meg a Balaton vízszintjének is jól tette egy kiadós eső, de ezt a problémát Lovász Gyula szerint nyugodt szívvel rábízhatjuk a természetre. A mi dolgunk annyi, élvezzük a bor által nyújtott örömeket, s öregbítsük a Jedlik-találmány, a fröccs jó hírét.

A győri fiatalok körében ismét divatba jött a fröccs, a sarki kiskocsmáktól az elegáns éttermekig mindenütt kapható bárátságos áru balatoni vagy pannonthalmi folyó bor. Ezek komoly sikerek, hiszen a kulturált borfogyasztás ma már többet jelent, mint keveset inni drágán. Élvezeti cikkről van szó, ennek megfelelően örömet, élvezetet várhatunk el a pénzünkért. Vagy ízlik vagy nem, vagy jó vagy rossz. A bort nem a csomagolás, nem a hókuszpókusz teszi.

A Lovász borház vezető szerepet játszik a győri piacon, az ügyvezető mégsem meri megpíntetni, hány millió liter balatoni, pannonthalmi, meg ki tudja honnan érkező borokat ihatunk meg évente. Csak annyi biztos, hogy Győr kedves helye azoknak a gazdáknak, kereskedőknek, vendéglősöknek, akik a fröccsnek, a hosszú baráti beszélgetések italának való száraz fehérborokat termelik, kínálják. Lovász Gyula akkor sem panaszkodna, ha lenne miért, hiszen a lehető legjobb helyen azzal foglalkozhat, amit a legjobban szeret. Bort árul a fröccs városában.

A mi dolgunk annyi, öregbítsük a fröccs jó hírét

A mindennapos mozgás irányába terelik a gyerekeket

SZERZŐ: PAPP ZSOLT
FOTÓ: O. JAKÓCS PÉTER

Rendkívül pozitív eredményeket hozott a győri önkormányzat és az Apáczai Csere János Kar közös felmérése. A programban résztvevő fiatalok a sikerélmények hatására motiválttá váltak a mindennapos testmozgás iránt.

„A keringési rendszer fejlesztésének megújítása Győr város iskoláinak testnevelésében” címmel végzett felmérést a győri önkormányzat és a Nyugat-magyarországi Egyetem Apáczai Csere János Kar Sporttudományi Intézete. A program indulásakor Borkai Zsolt polgármester, a Magyar Olimpiai Bizottság elnöke azt hangsúlyozta, hogy a kutatással, illetve annak eredményeivel a fiatalok életmódváltását segítenék elő. Az önkormányzat szeretett volna valós képet kapni az általános iskolások aktuális állapotáról, illetve arról, hogy a szakmai tevékenységgel ez miként javítható a legeredményesebben.

A kutatást a Nádorvárosi Főigazgatóság intézményeiben, több mint hatszáz gyerek és tizenkét pedagógus bevonásával végezték. Dr. Király Tibor főiskolai docens, a projekt vezetője elmondta, a program lényege az volt, hogy a fiatalok maguk is felismerjék a sportolás fontosságát, ismerve saját teljesítőképességüket egyénileg is megfelelő testmozgást tudjanak végezni. Ihász Ferenc egyetemi docens a kutatás részleteiről beszélt. Az első felmérést idén januárban és februárban végezték, és az itt kapott eredmé-

nyeket hasonlították össze a második, májusi adatfelvétellel.

A kiértékeléskor kiderült, a gyerekek testtömegindexére vonatkoztatott

niük. Mivel a fiataloknak látványosan nőtt a teljesítőképességük, a sikerélmények hatására egyre motiváltabbá váltak az iskolán kívüli testmozgás

edzésnaplót is vezettek, amelyben az iskolán kívüli aktivitásukat vezették. Az írások a lelkesedést és a motiváltságot tükrözik.



zsr mennyisége jelentősen csökkent, és ezzel párhuzamosan nőtt az izomtömeg. Ingafutáson keresztül vizsgálták a teljesítménynövekedést is, amely érdekes módon az elhízott fiúk körében volt a legjelentősebb. A két felmérés között egyébként nem a testnevelés-órák tartalmát változtatták meg, hanem például polárórák használatával érzékeltették a gyerekeknek, hogy mi az az ideális pulzusszám, amelyen a gyakorlatokat a leghasznosabb végez-

terén is, vagyis sok diáknak sikerült a sporthoz való hozzáállását, a szemléletmódját megváltoztatni.

Szalai Ferenc, a kutatásban résztvevő Nádorvárosi Főigazgatóság főigazgatója kiemelte, a felmérés ideje alatt nem csak a gyerekek, de a pedagógusok is sokat tanultak. Hozzátette, a program legnagyobb hozadéka az, hogy a gyerekek maguk keresik a mozgás lehetőségét, és ebbe a család többi tagját is bevonják. A fiatalok

A vizsgálatot vezető szakemberek az elvégzett kutatást egy alapnak tekintik, amelyet szeretnének továbbvinni és beépíteni a mindennapos testnevelésbe, így formálni tovább a diákok egészségtudatos szemléletét. A győri önkormányzat támogatásával megvalósult kutatás révén a testnevelés fejlesztése, a helyes életmód elsajátítása a fiatalok jövőjét, felnőttkori egészségét is a helyes irányba befolyásolhatja.

Főzzünk együtt finomat!

Hamarosan új rovatot indítunk lapunk hasábjain Főzzünk együtt finomat! címmel. Ha olyan ételreceptje van, amit szívesen megosztana másokkal, olyan praktikát ismer, amit a tapasztalt nagymamától lesett el, esetleg olyan újító trükköt tud, amit a háziasszonyok hasznosíthatnak reggeli, ebéd vagy vacsora készítése közben, küldje el – lehetőleg fotóval – az alábbi elérhetőségekre: Győr Plusz, 9002 Győr, Pf. 78., vagy fazzunkfinomat@gyorplusz.hu.

Győr Megyei Jogú Város Útkezelő Szervezete
– a XIII. Téli Fesztivál és Vásár keretében –

2012. 11. 09-én licit útján bérbe adja a Baross G. út 8 db jóváhagyott típusú faház építésére alkalmas területét.

Bérlet időtartama: 2012. 12. 01–2012. 12. 23-ig.

Kikiáltási ár (bérleti díj):

560.000 Ft.

A részletes hirdetmény az Útkezelő Szervezetnél, Gottwald László főelőadónál (Győr, Kálvária u. 4–10. Telefon: 96/516-187 és 20/9454-871) szerezhető be.

„Legendás” győri aluljáró

SZERZŐ: PAPP ZSOLT
FOTÓ: O. JAKÓCS PÉTER

Győri legendák, a magyar mondavilág pillanatai, történelmünk legnagyobb uralkodói, sőt, növény- és állatvilágunk védett fajai is megelevenednek a megújult marcalvárosi aluljáró falain.

A lépcsőn lesétálva képregényszerűen tárul elénk a győri Vaskakas „igaz története”. Szemközt Jedlik Ányosról és a szódáról szólnak a képek, és a Vastuskó története is testet ölt. Az aluljáró közepére érve, az órát tartó oszlopon Szent István, Szent László, Hunyadi Mátyás és IV. Béla alakja látható. Ha Marcalváros I. irányába indulunk, a magyar mondavilág, a honfoglalók és a csodaszarvas jelenik meg, míg Marcalváros II. felé védett növényeink és állataink mutatkoznak be. Az alkotások a győri oktatási intézmények fiataljainak keze munkáját dicsérik.

Borkai Zsolt polgármester az átadáson úgy fogalmazott, a két városrészt, Marcalváros I-et és II-t összekötő aluljáró 1995-ös megépítése óta ez a második jelentősebb felújítás, amely szebbé, élhetőbbé teszi a lakókörnyezetet, és amelynek révén az itt élők valóságos művészeti alkotások között mehetnek munkába, iskolába,

otthonaikba. A polgármester köszönetet mondott Rózsavölgyi Lászlónak, a terület önkormányzati képviselőjének, amiért kezdeményezésére sokkal több valósult meg egy puszta felújításnál, hiszen a fiatal művészek jóvoltából tulajdonképp egy szabadtéri kiállítás is létesült a felújított aluljáróban.



Rózsavölgyi László hangsúlyozta, az itt élők büszkékké lehetnek a létesítményre, hiszen a széles körű összefogás révén sikerült jobbat, szebbé tenni a marcalvárosiak lakókörnyezetét. Hozzátette, az aluljárót rengetegen használják nap mint nap, akik számára valami különlegeset, valami egyedit nyújtanak ezek a képek. Kara Ákos országgyűlési képviselő hangsúlyozta, a hazai városok közül Győr a

legkiegyensúlyozottabban fejlődő település, és örömteli, hogy a nagyobb beruházások mellett a környezetszépítő fejlesztésekre is odafigyelnek a város képviselői.

Prédli Antal, Győr Megyei Jogú Város Útkezelő Szervezetének vezetője elmondta, legutóbb 11 éve végez-

kákat is. A képzőművészeti alkotásokat megvédendő a felület antigraffiti bevonatot kapott. A munka a lakóutcaprogram keretében 26,3 millió forint értékben valósult meg.

Bokros Roderick, a tánc- és képzőművészeti iskola 12. évfolyamos diákja a magyar mondavilágból választott témát: Lehel kürtje történetét festette meg. Lapunknak úgy fogalmazott, rendkívül büszke arra, hogy az alkotását nap mint nap megtekinthetik a járókelők. Reméli, hogy a műve előtt megálló nézőkben gondolatokat indít el az alkotás, mert egy művész számára fontos, hogy hatni tudjon munkáival a közönségre.

A rendezvényen emléklapot vehettek át az alkotó intézmények, az Apór Vilmos Katolikus Iskolaközpont és óvodája, a Marcalvárosi Közoktatási Központ Kovács Margit Óvoda, a Kovács Margit Óvoda Brunszvik Teréz Német Nemzetiségi Tagóvodája, a Kovács Margit Óvoda Mónus Illés Utcai Tagóvodája, az Arany János Általános Iskola, a Kovács Margit Általános és Szakképző Iskola, a Sün Balázs Óvoda, a Sün Balázs Óvoda Mezővár Tagóvodája, a Sün Balázs Óvoda Benedek Elek Tagóvodája, a Győri Tánc- és Képzőművészeti Általános Iskola, Szakközépiskola és Kollégium, valamint a Városi Művészeti Múzeum.

Kedvezményekkel ünnepel a Rába Quelle

SZERZŐ: SZIGETHY TEODÓRA
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Rendkívüli akciókkal ünnepli 10. életévébe lépését a Rába Quelle Termál- és Élmenyfürdő: bizonyos napokon összesen ezer forintért vehetik igénybe a vendégek a létesítmény szolgáltatásait – mondta Kovácsics Imre, a komplexum ügyvezető igazgatója.

Az úgynevezett 10+1 hónapos akció-sorozat keretében minden vasárnap kedvezményt ad a Rába Quelle Termál- és Élmenyfürdő egy-két kisorsolt település lakosainak. Ők a kijelölt napon mindössze 1000 forintért vehetik igénybe a fürdő szolgáltatásait, valamint ingyenes reumatológiai vizsgálatra is feliratkozhatnak, illetve az azt követő kezelést is olcsóbban vehetik igénybe. A 11 hónap alatt az összes megyei falu és város sorra kerül, őket

a Rába Quelléből az önkormányzatokon keresztül már előre értesítik a kedvezményről – fejtette ki Kovácsics Imre.

Nem maradnak ki az akcióból azok sem, akik csak egy késő délutánt szeretnének a fürdőben tölteni, levezetve a munkanap fáradalmait. Délutánonként öt órától mindössze 1900 forintért lehet igénybe venni az élmenyfürdőt és a szaunaparkot.

A jeles napot a fürdő nemcsak kedvezményekkel, hanem fejlesztésekkel is ünnepli. Hamarosan szinte teljesen megújul a szaunakert, amit úgynevezett frigidáriummal, azaz speciális hűtőkabinnal bővítenek, egy szaunakabin pedig levendulás aromaszauzává alakítanak.

Az intézmény a gyerekekre is gondolt, számukra egy kétszintes játszóházat alakítottak ki a komplexum medencéjétől elzárt részében, a legkisebbeket pedig hamarosan immár heti három alkalommal, csütörtökön, pén-

teken és vasárnap babaúszásra vihetik a szülők.

Tama István, a Magyar Turizmus Zrt. regionális marketingigazgatója

termál- vagy gyógyvízes szolgáltatást nyújtanak. Ez érvényes Győrre is, a rendezvények és a programok mellett fontos szerepe van a Rába Quelle



szerint azok a települések tudnak eredményesebbek lenni a turizmus területén, amelyek valamilyen wellness-,

fürdőnek is abban, hogy kiemelkedően nőtt a vendégéjszakák száma a városban.



Letelepedői fórum az ipari parkban

SZERZŐ: OZSVÁRT TAMÁS
FOTÓ: GY. P.

Letelepedői fórumot tartottak a Győri Nemzetközi Ipari Parkban. A területen működő vállalkozások szokásos találkozási pontján az ipari parkot működtető társaságban nemrégiben százszázalékos tulajdont szerzett GYŐR-SZOL Zrt. elnök-vezérigazgatója üdvözölte a megjelenteket. Sági Géza – aki egyben a kft. felügyelőbizottságának elnöke – a tulajdonosi tervekről szólva elmondta: a Győri Nemzetközi Ipari Park Kft. a jövőben is megőrzi önállóságát, a működési terület további bőví-

tése mellett pedig annak fejlesztése, a letelepedett cégeknek nyújtott szolgáltatások körének bővítése, színvonalának emelése a cél.

A fórumon bemutatkozott Görög Tibor, a kft. új ügyvezető igazgatója, akitől a résztvevők megtudhatták: a vezetőváltással járó átadás-átvételi folyamat zökkenőmentesen lezajlott, az ipari park a megszokott rend szerint üzemel tovább. Munkába állása óta sok céggel, cégvezetővel vette fel a kapcsolatot, mert a létesítmény gazdjaként szoros kapcsolatot kíván tartani az itt működő vállalkozásokkal. A tulajdonosi tájékoztatást megerősítve

hozzátette: folyamatban van a park területének bővítése, a vásárláshoz szükséges pénzügyi forrás biztosításáról pedig már döntött a GYŐR-SZOL Zrt. vezetése. Az ipari park a jövőben is gyarapodni fog, a letelepedni szándékozók számára területvásárlási lehetőségeket, a már működő vállalkozásoknak pedig terjesztési lehetőséget és további szolgáltatásokat kívánunk nyújtani – mondta el Görög Tibor ügyvezető igazgató.

A rendezvény azoknak a vállalkozásoknak a bemutatkozásával zárult, amelyek az előző fórum megtartása óta telepedtek le a győri ipari parkban.

Januárban nyitnak a járási hivatalok

SZERZŐ: SZ. T.

Lapunk megjelenésével egy időben zárult le a járási hivatalok kialakításához szükséges átadás-átvételi megállapodások aláírása Győr-Ménfőcsanak és Sopron megyében. A járási hivatalok januárban kezdik meg működésüket, amelyek a vidéken élőknek különösen nagy segítséget és könnyebbséget fognak jelenteni az ügyintézésben.

A törvény értelmében országszerte 175 járási és 23 kerületi hivatal kezd meg működését a kormányhivatalok kirendeltségeként. A járási hivatalok az államigazgatási ügyek intézésében nyújtanak majd segítséget az állampolgároknak, és ezzel jelentős terhet vesznek le az önkormányzatokról, a jegyzőkről. A járási hivatalhoz kerülnek az okmányirodák, egyes gyám- és gyermekvédelmi, szociális igazgatási, családtámogatási ügyek, köznevelési feladatok,

menedékhely, egyes építésigazgatási feladatok, egyéni vállalkozói tevékenység engedélyezése, egyes kommunális, állat-egészségügyi, vízügyi hatáskörök, a helyi védelmi bizottságok vezetése. A feladatellátáshoz kapcsolódó ingó- és ingatlanvagyonra az állam ingyenes használati jogot kap az önkormányzatoktól. Megyeinkben 138 településsel kötött megállapodást a kormányhivatal.

Széles Sándor megyei kormány megbízott szerint 2013 a próbaüzem, az átmenet éve lesz, ezalatt tökéletesíteni fogják a rendszert, de az biztos, hogy megszűnnek majd a párhuzamos működésű hivatalok, a járási hivatalok a vidéken élőknek különösen nagy segítséget és könnyebbséget fognak jelenteni az ügyintézésben.

A járási hivatalok megalakulását követően következő lépés a kormányablakok számának bővítése lesz, a jelenlegi 29-ről 300-ra. Azaz megsokszorozódik országszerte az ügyfélszolgálatok száma, és az ott elintézhető ügyek száma is nőni fog.



Győri Darts Club és a Magyar Darts Szövetség rendezésében

STEEL DARTS ORSZÁGOS CSAPAT BAJNOKSÁG

1-2. osztály
I. forduló

2012. október 28. 10:00
Teremnyitás: 08:30



ETOPARK

9027 Győr, Nagysándor J. u. 31.
Tel.: +36 96/815 925
info@etopark.hu
www.etopark.hu

Nyerjen 2 személyes



THAIFÖLDI UTAT!

Küldjön be 2 db vonalkódot bármely 75 g-os Mi Kim Chi instant tészta leves csomagolásáról, és vegyen részt a sorsoláson!

Mesés ízek távol-keletről!



Mi KIM CHI
INSTANT
TÉSZTÁS LEVESEK

A Mi Kim Chi leveseket kifejezetten az egzotikus ízek és élmények kedvelőinek készítettük.

* Az akcióban 6 féle ízesítésű, a Chimpex Kft. által forgalmazott Mi Kim Chi 75 g-os zacskós leves csomagolásai vesznek részt. Az akció 2012. 09. 01-től 2012. 11. 30-ig tart. A sorsolás dátuma 2012. december 10. A borítékon vagy azon belül tüntesse fel nevét, lakcímét és telefonszámát. Beküldési cím: Chimpex Hungaria Kft. 1037 Budapest, Bécsi út 267. A nyeremény: thaiföldi utazás 2 fő részére.

Bővebb információ: www.kimchileves.hu

A termékeket megtalálja a nagyobb áruházakban.

'56-ra emlékeztünk

SZERZŐ: PAPP ZSOLT
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Az 1956-os forradalom 56. évfordulóján emlékeztünk hőseinkre október 23-án. A városi ünnepségen az a lyukas zászló is jelen volt, amely az forradalmi napok idején lengedezett a városháza erkélyén.

Az önkormányzat vezetői a városházán tisztelegtek Szigethy Attila emléktáblája előtt, majd a domborművét koszorúzták meg a Dunántúli Nemzeti Tanács egykori működési helyén. A városi ünnepséget a Bisinger sétányon, a Golgota-emlékműnél tartották. Az ünnepség különlegességét az adta, hogy az emlékezők láthatták azt a lyukas győri zászlót, amely 1956. október 25. és november 4. között lobogott a győri városháza erkélyén. Az ünnepségen tehát a történelem egy darabja volt jelen, amely a forradalom leverését követően megjárta Hollandiát, Kanadát, majd 2004-ben tért vissza Győrbe. A Magyar Nemzetörtségnek köszönhetően az 1956-os forradalom és szabadságharc 56. évfor-



dulóján a győriek is láthatták a forradalmi emléket.

Borkai Zsolt polgármester a megemlékezésen úgy fogalmazott, 56 évvel ezelőtt vér folyt Magyarországon. Diákok, pedagógusok, mérnökök, családapák, katonák, egyszerű emberek vére. Az életüket áldozták a szabadságnak, nekünk, a jövőnek! A szabad-

ságvágy elnyomta a félelmet, az igazságérzet elapasztotta a könnyeket. A magyar emberek az egész világnak mutatták meg, hogy a szív, az összetartozás és a haza mire is képes. A polgármester hangsúlyozta, 1956 hősei, a pesti srácok, az ifjak és idősek felismerték az összefogás és a magyar szív erejét. Nem kérdeztek, nem kér-

kedtek, nem akartak mást, csak egy független, szabad magyar hazát. Kulcsszavaik pedig ma is fülünkben csengenek: egységesség, testvérieség és szeretet! Mindez összekötötte a fővárossal a vidéket, a diákokat a munkásemlerrel, a nemzetőr honvéddet az értelmiségivel, a pesti srácokat a megbélyegzett polgárokkal! Erről tanúskodott a teherautókon szállított élelem osztása, az állandó véradás, a kilótt kirkatok mögött ki nem rabolt bolt, vagy az érintetlen becsületkassza.

„Minden forrás azt igazolja, hogy a forradalom alapélménye a nemzeti egység volt, és a felszabadultság boldogsága... Október hónap talán a magyar történelem legtragikusabb hónapja. Ennek ellenére azonban október 6. és október 23. a nemzetté kovácsolódásunk és magyarságtudatunk bástyája. Mert az emlékezés fáj, ám erőt ad. A múlt olykor véres, azonban hittel tölt el. 56 évvel ezelőtt végül győzött a nagyobb, a kegyetlen, a hatalmasabb. De soha nem tudja tőlünk elvenni azt, hogy a magyar magyar, a nemzet nemzet, a haza haza maradt!” – hangsúlyozta a polgármester.

Fejlesztés az iskolában

SZERZŐ: FÖLDVÁRI GABRIELLA

A Váczy Péter Gyűjteménynek helyet adó Magyar Ispita épülete többfunkciós oktatótérrel és interaktív információs pontokkal bővül április végére. A fejlesztésre a város művészeti múzeuma nyert ötvenmillió forintos támogatást egy TIOP-pályázaton.

A múzeumépületben jelenleg nincs óvodás- és iskoláscsoportok fogadására alkalmas, megfelelő méretű és kellően felszerelt oktatótér, a múzeumpedagógusok jelenleg a kiállítótermekben és a nyitott belső udvaron tartják foglalkozásaikat. A külön oktatótérre már csak azért is szükség van, mert a műtárgyvédelmi szabályok szigorúak, nem engednek kreatív művészeti foglalkozásokat a kiállított alkotások közvetlen közelében. Az építkezés után a Magyar Ispita földszinti fogadóteréből új lépcsősor vezet majd le a pincszintre, ahol két foglalkoztatótér, egy tűzzománcműhely, egy raktár és egy előkészítő helyiség kap helyet. Tűzzománc és kerámia készítésére alkalmas kemence és interaktív tábla is szolgálja majd a múzeumi foglalkozásokat. A mozgáskorlátozottak számára liftet építenek, mosdót alakítanak ki, a kerekesekek hozzáférhető, állítható magasságú információs pult segítségével tájékozódhatnak. Az épület történetét, a kiállítások anyagait bemutató információs anyag olvasható lesz a múzeum honlapján és az oktatótér digitális tábláján is.

Mindenszentek, halottak napja

SZERZŐ: FÖLDVÁRI GABRIELLA
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Halottak napi megemlékezést és koszorúzást tart a győri önkormányzat október 30-án 13 órától a nádorvárosi köztemetőben, a Deim Pál alkotta „Hősi halottak” emlékműnél. Beszédet mond Borkai Zsolt polgármester, valamint a katolikus, a református, az evangélikus és a baptista egyházak képviselői. Közreműködik a Talpasok Kara és Szabó János tárogatóművész, a műsorvezető Horváth Il-dikó lesz. A megemlékezést követően főhajtással, gyertyagyújtással tisztelegnek a jelenlévők Győr város elhunyt polgármestereinek sírjai, az I., a II. világháború áldozatai, az '56-os parcella halottjai előtt.

Mindenszentek

III. Gergely pápa a 8. században indította útjára mindenszentek ünnepét azzal a céllal, hogy a hívők a vértanúk mellett a kereszténység elismerése után szentté avatottakról is megemlékezzenek. A pápa 732-ben a Szent Péter-

bazilika egyik mellékkápolnáját ajánlotta mindenszenteknek, vagyis az egyház szentjeinek. Nem ismert, hogy a felszentelés az év melyik napján történt, de kezdetektől november elsejét említik az ünnep dátumaként. Az angolszász országokban a mindszentek napját megelőző este a halloween, „minden szent estéje”.

Halottak napja

November másodika a szerteinkért való gyertyagyújtás meghitt, családi eseménye. Szent Odilo clunyi apát 998-ban rendelte el, hogy a halottakról zsolozsmákkal és szentmise-áldozatokkal emlékezzenek meg. A szokás Európa nyugati felében a 12–13. században terjedt el, s máig élő hagyomány maradt.

A halottak napjához számos babona kapcsolódik. Az élőknek ilyenkor tilos a munka, különösen a mosás, nehogy a halottak vízbe kerüljenek. Sokfelé terjedt el az a hiedelem, hogy mindenszentek és halottak napja közti éjszakán a halottak miséznek a templom-

ban, s amíg a harang szól, halálátogatnak szétnézni. Ezért számukra is megterítettek, kenyeret, sőt, vizet tettek az asztalra és gyertyát gyújtottak, hogy az elhunytak eligazodjanak a házban.



A gyertyák a halottakért égnek, a tűz megtisztulást hoz. Egy néphit szerint aki virágot szakít a sírról, azt elviszi az elhunyt. Az égő gyertyát nem szabad más sírra tenni, mert a halott bűne a gyertyalánggal együtt átszáll a másik lélekbe.



Új laborokat adtak át az egyetemen

SZERZŐ: ZOLJÁNSZKY ALEXANDRA
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Újabb sikeres fejlesztést hajtottak végre a Széchenyi István Egyetemen: a „Szimbiózisban a régiókkal” című európai uniós támogatással megvalósuló projekt keretében ezúttal az Audi Intézet kutató-oktató laborháttérének eszközfejlesztése és bútorozása történt meg. A színvonalas, gyakorlatorientált képzés érdekében az Audi Hungaria Belső Égésű Motorok Tanszéken négy laboratóriumi helyiséget, két szerelőműhelyt, egy hatvanfős előadó-, illetve konferenciatermet, valamint egy forgácsolóműhelyt alakítottak ki. Olyan eszközöket szereztek be, mint például a tribométer, precíziós mérleg, lézermikroszkóp, indikálórendszer, hőkamera, PIV-rendszer a 3D-s áramlási és égésfolyamatok elemzéséhez, illetve számítógépeket, munkaasztalokat vásároltak.

A projekt megvalósítása által egy olyan komplex „tudástér” jött létre, ahol a kutatás-fejlesztés és a gyakorlatorientált oktatás egy időben és helyen egymásba integráltan folyik. Az elsődleges cél az volt, hogy egy csúcstechnológiájú laborpark és képzési környezet kiépítésével a szakterületek hallgatói színvonalas, naprakész, a munkaerőpiacon alkalmazható tudásra tegyenek szert.

A több mint 400 millió forintból az egyetem TIOP-1.3.1 programjának keretében megvalósuló projektnek köszönhetően teljessé válhatott az Audi Hungaria Belső Égésű Motorok Tanszékének oktató-kutató bázisa, s ezáltal teljesen funkcionálissá válhat az egyetem–Audi–Győr város együttműködésben létrehozott belső égésű motorok kutatóközpontja, mely jelentős oktatási szerepet is vállal a jövő motorfejlesztőinek és gyártó szakembereinek gyakorlati képzésében egy olyan gazdasági környezetben, melyben kulcsszektornak számít az autópár.

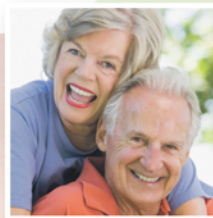
Az Audi Hungaria Belső Égésű Motorok Tanszék 2007-ben alakult, fő kutatási területei a belső égésű motorok tervezése, fejlesztése, vizs-

A laborban a diákok versenyképes tudásra tesznek szert

gálata, mérési eljárások fejlesztése; járműmotorok tribológiája, alternatív járműhajtások fejlesztése. A stratégiai kutatások fő témái pedig környezetkímélő és energiahatékony járműipari termékek, technológiák és üzemanyagok fejlesztése, tekintettel az általános környezettudományi és energiagazdálkodási szempontokra és a fenntartható fejlődésre.

NINCS TÖBBÉ MOZGÓ PROTÉZIS!

PROTÉZISRÖGZÍTÉS ÉS NEM KIVEHETŐ HÍDPÓTLÁS IMPLANTÁTUMOKKAL



FIXPROTÉZIS:

Fogatlan szájban titán műgyökerekkel kiválóan stabilizálhatók a mozgó protézisek.



- ELŐNYEI:**
- ▶ Ragasztó nélkül helyben tartja a protézist.
 - ▶ A szájpadlási rész hiánya miatt nincs hányinger.
 - ▶ Éjjel is viselhető, nem kell pohárban tartani.
 - ▶ Tisztításkor egy mozdulattal kivehető-visszatehető.

4 IMPLANTÁTUMRA – NEM KIVEHETŐ FOGPÓTLÁS!

Az új All-on-4 technika ▶



ÚJDONSÁG!

A legújabb technikával alul 4, felül 6 implantátumra készítünk felcsavarozott fogpótlást, legtöbbször a foghúzásokkal egy időben.

A kupon felmutatójának
a konzultációhoz ingyen készítünk panoráma röntgent,
melynek értéke **3.900 forint.** Az akció 2012. november 30-ig érvényes.

DentArtKliniK Fogászati és Implantológiai Centrum
• 9024 Győr, Eörsy Péter u. 19.
• Tel.: 06-96/527-672
• 06-96/527-673 • 06-96/414-488
• Web: www.fixprotezis.hu
• E-mail: info@fixprotezis.hu

JÓTÉKONYSÁGI KONCERT

Burján Hanna

GYÓGYKEZELÉSÉNEK TÁMOGATÁSÁRA

HELYSZÍNVÁLTOZÁS!

2012. november 10.,
szombat, 20 óra

Győr, Bridge
Hallgatói Klub

FELLÉPŐ ZENEKAROK:

20 ÓRA: MAYBE

21 ÓRA: HETEDIK
BEKEZDÉS



Pingiczer Csaba: Nem vagyok főhős típus

SZERZŐ: ZOLJÁNSZKY ALEXANDRA

FOTÓ: MARCALI GÁBOR

A közönség csak találgatni tud, vajon ki lehet a szerep mögött? A nézőtérről kissé mogorvának tűnik. Újra és újra figyelem, mikor mosolyodik már el. A Tanítónő főpróbáján rajtakaptam: a taps alatti hangos dicséretre kiderült az arca néhány másodpercre. Pingiczer Csaba, a Győri Nemzeti Színház tagja jobban megismerve egyáltalán nem mogorva, sokkal inkább szerény, s ami számára még fontosabb: együtt lélegzik a színházzal.

Lépcsőről lépcsőre lépett fel a színpadra. Még öt éves sem volt, amikor szülei elkezdtek a győri teátrum színpalái mögött dolgozni. Így iskola után nem hazament, inkább a színházban élt a társulattal, és megnézett minden darabot. Tordy Géza jegyezte meg édesanyjának, hogy ez a gyerek annyit van a színházban, hogy mire felnő, vagy megutálja, vagy élni sem tud majd nélküle. Az úgynevezett stúdiós foglalkozásokon az első naptól részt vett, pedig nem voltak színészi ambíciói.

„A Stúdió vezetője, Kszel Attila sem színészeket akart gyártani. Pont abban a korban voltunk, amikor kezd kialakulni a személyiség, ő ehhez próbált hozzátenni. Talán hat éve stúdióztam már, amikor megkaptam az első statisztaszerepeimet, aztán kisebb, pár mondatos karaktereket alakítottam. Egy napon Korcsmáros György, az akkori igazgató behívott az irodájába. Szó szerint idézem: „Megköszönve a sok éves fáradozásodat, felveszlek színésznek. Mit szólsz hozzá?” Erre csak annyit tudtam mondani, hogy köszönöm, és kimenekültem az irodából, annyira sokkolt” – meséli Csaba. Ennek már tíz éve, de még ma is, ha megkérdezik, mi a foglalkozása, zavarba jön, pedig büszke arra, hogy színész lehet. Ám még nem elégedett, sokat kell tanulnia, hangsúlyozza.

Pedig a Győrben játszott darabok egyik legnépszerűbb szerepe az övé, Sátánt alakítja a Portugálban. Eredetileg Kelemen Zoltán játszotta, de ő elszerződött egy másik színházhoz.

„Forgács Péter hívott fel, hogy vegyem át a szerepet. Már akkor legendás hírví volt az előadás, ezért először

el sem akartam hinni. Bejöttem a titkárságra megkérdezni, hogy biztos engem akartak-e felhívni?” – emlékszik vissza. Leginkább az előadás tempójától félt, ugyanis, mint mondja, ha egy ideje fut a darab, akkor „beül egy

gyelmet. Ha a színpad másik oldalán egy intimebb, csendesebb jelenet megy, még a lélegzetemet is próbálom visszafogni, nehogy bármit belekeverjek, nagyon sokat lehetne komiszkodni ezzel a figurával.”



tempó”, ami ha kicsit is felborul, akkor változik az előadás. Ezért otthon DVD-n nézte a Portugált, és próbálta milliméterre pontosan leutánozni az előző színészt.

„Az első előadás előtti héten rémálmaim voltak: bent vagyok a színpadon, de nem tudom, mit kell csinálni. Megviselt az az időszak, de hála Istennek jól sikerült a karakter átvétele.” Az évek

Előbb tudott filmtekercset befűzni, mint beszélni

során persze sokat változott ez a „huncut szerep”, meséli.

„Ha az alkoholista Sátán megmozdítja a mutatóujját, már mindenki nevet, ezért nagyon kell koncentrálnom, hogy ne lopjam el másoktól a fi-

Egyébként szöveget csak ritkán tanul, a próbák alatt ég agyába a szerep. A karakter hangulatát, világát próbálja megteremteni. A Pletyka előtt – melyben rendőrt alakított – például azon kapta magát, hogy esténként rendőrs filmeket néz.

„Még a Stúdióban tanultam, hogy ha bemegyek a színpadra, tudnom kell, hogy honnan jöttem. Olyan nincs, hogy a színész feláll a büfében, bemegy az oldalszínpadra, majd belép a közönség elé, és onnantól van csak szerepben. Nem, az ember agyában ott kell lennie annak, hogy ki ez a figura, mit hoz magával, adott esetben fáradt-e, jó napja volt-e. Ezt nem feltétlenül fogja megtudni a néző, de a színésznek nagyon sokat segít” – árulja el, és hozzáteszi, az izgalom pedig addig tart, míg be nem lép a színpadra, ahol aztán annyira koncentrálni, hogy az minden érzést, fájdalmat felülír.

„Szerencsére ismerem a korlátaimat, a jelenlegi képességeimet. A furcsa arcszerkezetem, szigorú tekinte-

tem és az alkatom miatt nem vagyok főhős típus, de nem is bánom, mint karakterszínész tágabb horizonton mozgathatok, és ezt nagyon élvezem” – folytatja, és hozzáteszi, nem én vagyok az első, aki megjegyzi, hogy nem mosolyog a tapsrend alatt.

„Nem feltétlenül mosolygom, mikor jó kedvem van, de majd próbálok odafigyelni, hogy ne vágjak szigorú képet” – nevet. Nagyon jólesik neki egyébként a nézők visszajelzése, hiszen mint mondják, a taps a színész kenyeré.

A győri teátrumi élet túlmutat a színház falain, Pingiczer Csaba részt is vesz szinte minden ilyen jellegű mozgalomban.

„Néhány éve lenéztem az Import Impro próbájára. Előtte nagyon sokat gyakoroltam már az improvizációt, viszont ezek a fiatalok annyira ügyesek, hogy másfél óra kellett, mire be merem közéjük állni játszani. Az évek során az életem része lett, amint lehet, rohanok hozzájuk, mert nagyon jó csapat és rengeteget tanulhatok tőlük. Az improvizálás nagyon nehéz műfaj, ezáltal érdekes. Tavaly a színházban is elindult a GyőrBe-Ugró. Imádok improvizálni, ha sikerélményünk van, akkor a világ egyik legjobb dolga” – merül bele a színész, aki ezenkívül játszik még gyermekdarabokban a győri Hold Színházban, és részt vesz a Maszek színházban is. A Stúdióban pedig ma már ő is foglalkozik gyerekekkel.

„Nagyon jó látni, hogy létrejön egy közösség, és azt, hogy milyen csodálatos gondolatok vannak a gyerekekben” – fűzi hozzá.

A függöny mögött az is kiderült Pingiczer Csabáról, hogy „filmőrült”, napi kettőt-hármat is megnéz. Szenvédélye mélyre nyúlik, nagyapja mozigépész volt, így előbb tudott filmtekercset vetítógépbe fűzni, mint beszélni. Az utóbbi néhány évben több amatőr filmben is feltűnt.

„Nehéz ma értéket előállítani, ezért a tehetséget nem szabadna gátolni. Ha megismerkedem egy tehetséges filmmel, aki nem tud pénzt adni, de tetszik az ötlete, akkor biztos, hogy elvállalom. Nagyon érdekel egyébként ez a világ” – árulja el, de azt mondja, a filmzés miatt nem menne el Győrből, hiszen minden ide köti. A jóslat 30 éves korára beteljesedett, nem tud élni a színház nélkül. „Egy nagy család vagyunk, nem tudunk anélkül hazamenni, hogy be ne néznék a büfébe, muszáj kilépni kicsit a munkából és megbeszélni a gondokat. Együtt lélegzünk, ezért mondhatják talán, hogy bohémak vagyunk.”



SZERZŐ: FÖLDVÁRI GABRIELLA

FOTÓ: GY. P.

Feketi Balázs neve jól cseng a fővárosi médiapiacra. A győri fiatal már az RTL Klub és az MTV számára is tervezett arculatot, s olyan sikeres televíziós produkciók viselik keze nyomát, mint a Sztár a háznál, a Való Világ, a Rettegés foka, az Activity. A főcímek, inzertek, reklámfilmek mellett számos videoklipet készített, s ő alkotta meg Szőke András Tündérdomb című filmjének animációs betéjtét.

Hogyan lesz a győri Hild-iskola végzett építész-technikusból fővárosi tévés, az egyik legkeresettebb animációs szakember?

Győrből a nagy tévékhez

A számítógéppel készült animáció technikáját az építészethez kapcsolódó, 3D-s látványtervek készítésekor ismertem meg. Ezeket a munkákat vegyítettük később a televíziós műsorfőcímekkel, reklámspotokkal. A műszaki egyetem mellett azért jelentkeztem az iparművészeti egyetem animációs szakára is, hogy a begyakorolt számítógépes technikák után megismerjem a klasszikus, kézi módszereket. A történetmesélés, a sztori alapú animáció is érdekel.

Szebbnél szebb megbízásokat kapott. Melyik munkájára a legbüszkébb?

Egyértelműen az MTV 2006-os arculatára. Sikert a magyar motívumokat úgy beépíteni az arculati elemekbe, hogy az megfeleljen a mai vizuális kultúra igényeinek. Régi győri osztálytársammal, Pozsonyi Attilával dolgoztam, ő Viski Tamással közösen építette fel az arculat zenei világát, szintén magyaros elemekre alapozva.

Nemrégiben díjat nyert egy promóciós reklámmal. Kommentálná a hírt?

Az AXN Central Europe őszi sorozatainak kampányindító spotjáról van szó. A szlogen szerint idén ősszel senki sem szent az AXN műsorán, így mi azt találtuk ki, hogy a hét főbűnt mutatjuk be a sorozatok szereplőin keresztül. A kivitelezés során greenboxos felvett anyagot és fotókat gyűrtünk össze egy képi világgá. Az ötletet és a kivitelezést a PromaxBDA szakmai zsűrije első díjjal jutalmazta a teljes kampány kategóriában. Ezt a munkát a szegedi Factory Creative Stúdió alkalmazottjaként készítettük el Gergely István barátommal.

A tavalyi kecskeméti animációs filmfesztiválon bábfilmmel jelentkezett. Ebből komoly kapcsolat lesz, vagy csak futó kalandnak szánta?

Régebben sok Lázár Ervin-mesét és novellát olvastam. Az Öt, hat, hét című írás különösen tetszett, izgatott, hogyan lehetne animációs módszerrel elmesélni a történetét. Mikor aztán azon gondolkodtam, mi legyen a diplomafilmmel témája, eszembe jutott újra. Filmes, vizuális eszközökkel próbáltam elmesélni azt, amit Lázár Ervin, a szavak mestere írt le ebben a kis mesében. Átgúrtam kicsit, majd nagyon megváltoztattam. A stop motion, a bábtechnika mellett döntöttem, mert a munkám során folyton a monitor előtt ülök, így felszabadító érzés volt igazi anyagokkal, fával, fémmel, papírral dolgozni. A képenkénti rögzítés, majd a képsorozatok visszazérese animációként varázslatos érzés. Én készítek el minden egyes képkockát, de a végső eredmény mindig meglep. Megmozdul a kis fabábu, életre kel, egyénisége van a mozgásának. Imádom és mindig is imádni fogom.

Ha most bekapcsolom a televíziót, melyik csatornán találkozhatok a munkáival?

Az MTV Híradója még az én főcímmel kezdődik, az AXN Crime arculatában is vannak elemek, melyeket még én készítettem, de jelenleg inkább egész estés filmekhez gyártok 3D-s animációt és egy német animációs sorozatban dolgozom.

Miről álmodik, milyen filmet szeretne készíteni?

Szeretek adaptációkon gondolkodni, a meglévő irodalmi alkotást lefordítani a film nyelvére. Ha módomban lenne rá, mindenképpen stop motion technikát használnék, mert nagyon megszerettem a bábokat. Egy ilyen munkához először is egy csapat kell.



SZERZŐ: FODOR LÁSZLÓ

FOTÓ: ILLUSZTRÁCIÓ

Több mint tíz év után saját bérlettel tér vissza Mosonmagyaróvárra a Győri Filharmonikus Zenekar. Az együttes tavasszal a Zeneművészeti Bizottság ajánlása alapján „nemzeti” kategóriába sorolt művészeti intézmény lett, így a zenekar regionalitással kapcsolatos törekvései szereztesen találkoztak a szakminisztérium elvárásaival. Ennek első állomásaként Mosonmagyaróváron indít egy három hangversenyt tartalmazó bérletet a zenekar. Decemberben egy jazzel fűszerezett koncerttel indítanak a győri filharmonikusok, melyen a Kossuth-díjas Vukán György közreműködik. Januárban farsangi koncerttel, márciusban pedig az Egy kiállítás képei című hangversennyel várják a mosonmagyaróvári és környékbeli közönséget. Bérletek hétfőtől már kaphatók a mosonmagyaróvári Flesch Károly Kulturális Központban.

EGÉSZSÉG

Relaxáló-frissítő masszázs,
lávaköves masszázs,
thai masszázs, shiatsu
Dömötör Gyuláné Andrea:
06-20/244-0352
Majorné Magyar Mária:
06-20/3178-356

Fájdalomcsillapító
és gyulladáscsökkentő
iszapos tőzeg pakolások,
gépi nyirokmasszázs
Mannerné:
06-70/4237-137

Természetgyógyászat,
füllakupunktúra,
lélekmasszázs,
köpölyözés
Gadácsi Dóra:
06-30/2042-859

SZÉPSÉG

Női-, Férfifodrászat
Smuk Veronika: 06-70/611-2967

Alakformáló és fogyaszto
kezelések, alakformáló
fitneszgépek, csillámtetoválás
Gadácsi Dóra: 06-30/2042-859
Mannerné: 06-70/4237-137

Kozmetika,
tetoválás
Tóth Adrienn:
06-30/756-0490

DOLLY SZALON

AKCIÓ! AKCIÓ!
Hajfestés mellé
a hajvágás INGYENES!
Két héten át!

www.dollyszalon.eoldal.hu



Pannonhalma gyöngyszemei

SZERZŐ: PAPP ZSOLT
FOTÓ: O. JAKÓCS PÉTER

Az ezeréves Pannonhalmi Apátság hazánk egyik legkiemelkedőbb emlékhelye. Győrtől csupán néhány perc, érdemes felfedezni a számos szakrális és történelmi kincset rejtő egyházi épületegyüttest.

Pannonhalmi látogatásunk apropója a közelmúltban elvégzett bazilikafelújítás volt, de a templomon kívül számos más kincset is felfedezhetünk, hiszen az itt működő látogatóközpont segítségével idegenvezetővel járhatjuk be a legfontosabb termeket. A vendégek előtt az egykor Szent Márton-hegyként ismert területen feltárulkozik a történelem. Géza fejedelem 996-ban telepítette le a Csehországból érkező szerzeteseket, a hivatalos alapítási év azonban 1001, hiszen I. Szent István ekkor bocsátotta ki az apátság alapítólevelét.

A főkapun besétálva az 1930-as évek végén épült gimnáziumhoz érkezünk. Északi homlokzatán egy dombozú látható Szent Istvánnal, Gizellával, Gellért püspökkel, Imre herceggel és Pannonhalmi Boldog Mórral. A bazilika irányába haladva Asztrik apát szobra látható. A nagytemplom elé érve a bástyáról csodálatos kilátás nyílik a hegy alatt elterülő völgyre. A bazilika tornyának mozaikja a rendtörténet két fontos mozzanatát ábrázolja, az egyik a Szent István-i alapítólevél, a másik pedig I. Ferenc király levelének átadása. Utóbbi adta azt a feladatot a rendnek, hogy vállalják a középiskolai oktatást.

A bástya terének háromféle burkolata jelzi, hogy hol húzódott a középkori, hol a barokk kori várfal, illetve a Hóman-bástya, ami alatt egy hatalmas könyvraktár található. A templom kelet-nyugati tájolású, de a kapun belépve először a körbejárható folyosóra,

a kerengőbe jutunk. Annak idején innen nyíltak a különböző közösségi terek, mint például az ebédlő, vagy éppen a kódexek másolására szolgáló szkriptórium. A Mátyás korabeli átalakítás során az akkori, freskókkal borított falfelület elé egy újabb fal került. A templom bejárata mellett kis üvegfal mögött tekinthetjük meg az ezt bemutató kibontott freskótöredéket.

A bazilika főbejárata is a történelmet idézi, a kapu nyílása a 10., a béléte a 13. századból való. Érdekesség, hogy a kapun számos bevézés található. Ez mutatja, nem csak a mai fiatalok karcolják bele a padba nevüket, hirtelen rápillantva egy katona 1578-as „bejegyzését” csípem el. Az átalakított, vagy inkább visszaalakított templomban az 1224-es állapotoknak megfe-

lel látvány tárul elénk újra. Ez nagyjából megegyezik azzal a belsővel, amit az ezres években Szent István is láthatott. A templomban tábla őrzi az 1996-os pápalátogatás emlékét.

Az oldaltemplom a szentek ereklyéinek tiszteletére szolgál, itt Szent Márton ereklyéjét helyezték el. Ugyancsak ide helyezték – végakarátának megfelelően – Habsburg Ottó szívét, s itt látható Lónyay Elemér és Stefánia hercegnő sírhelye is. Az oldaltemplomban egy trónus őrzi annak emlékét, hogy itt imádkozott Szent István.

Az apátság kiemelkedő látványossága a könyvtár, amely a klasszicizmus egyik legnagyobb alkotása. A körülbelül 350 ezer kötetet tartalmazó könyvtár a korabeli tudományok teljes tárházát felvonultatja. A könyvek ma is katalogizálva, kereshető rendben sorakoznak a polcokon. Itt tekinthető meg az alapítólevél másolata is. A könyvtár alatti pince egészen 1996-ig tárolóhelyiség volt, ma már látványos kiállítóter, ahol évente cserélődő időszak kiállítást láthat a közönség. Az idei téma a kerttörténet, ahol többek között látható a korabeli „monostorépítési sablon”, a Sankt Gallen-i monostor ideálterve is. Ez szolgált az európai monostorok mintájául. Kirándulásunk alkalmával kívülről tekintettük meg annak a Magyarországon emelt hét milleniumi emlékműnek az egyikét, amely 1896-ban, a magyar honfoglalás ezredik évfordulóján épült. Ugyancsak páratlan látvány a Boldogasszony-kápolna, amely alatt a szerzetesek temetkezéshelyül szolgáló kriptá húzódik.

A pannonhalmi látogatás azonban nem csak a rendkívüli szakrális emlékek miatt felejthetetlen, de maradandó élményt nyújt az apátsági pincészet, valamint a gyógynövénykert meglátogatása is. A Fennvaló és a történelem közelsége, a finom apátsági borok és a bódító levendulaillat elvarázsolja, rabul ejti az ide érkező turistát.



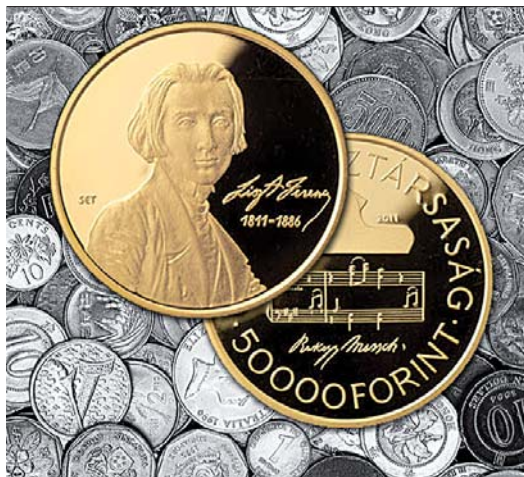
LORD OF THE DANCE

CREATED BY MICHAEL FLATLEY



2012. NOVEMBER 3. 19:00
GYŐR - VÁROSI EGYETEMI CSARNOK

JEGYEK KAPHATÓK: TOURINFORM, TEL.: 06(96) 336-817, MUSIC DOME, TEL.: 06(96) 518-467, PARTYZOO JEGYIRODA, TEL.: 06(70) 216-9460. **KÖZPONTI JEGYINFO:** BROADWAY JEGYIRODÁK, TEL: 06 (1) 340-40-40, 06 (1) 780-07-80, valamint a www.jegyplaza.hu, a www.jegy.hu a www.ticketportal.hu és a www.tex.hu hálózatában.



NEMZETKÖZI ÉREMGYŰJTŐ-TALÁLKOZÓ helyszínre lesz a Veres Péter mezőgazdasági iskola Régi Veszprémi úti épülete vasárnap 8-tól 14 óráig. A sorrendben 34. találkozó fellelhető lesz minden, ami numizmatika, képeslap, gyufacímke, bélyeg, kitüntetés. Az ország számos pontjáról, valamint külföldről is érkeznek gyűjtők.

ŐSZI SZÜNETI JÁTSZÓHÁZ. A Gyermek Házába várják az iskolásokat hétfőn 10 órától gyöngyfűzésre, kedden töklámpás készítésére, szerdán hűtőmágnes-figurák barkácsolására.



A MAGYAROK NYOMAI TÖRÖKORSZÁGBAN című kiállítást tárlatvezetéssel nézhetik meg a fiatalok október 28-án, vasárnap 16 órától az Esterházy-palotában. Az interaktív tárlatvezetés új oldalukról mutatja be a múzeumban kiállított műalkotásokat. Ugyanezen kiállításához gyermekfoglalkozás is kapcsolódik, Varázsszönyegen az ezeregyéjszaka világába címmel. A résztvevő gyerekek a török motívumokkal ismerkednek, és a híres repülő szőnyeg készítését el kicsiben, november 3-án 10 órától a Csikóca Gyermekműhely foglalkozásán.

A QUIMBY ad koncertet október 28-án, vasárnap 19 órától Szentivánon, a Molnár Vid Bertalan Művelődési Központban. A két évtizedes múltú visszatekintő együttes hazánk egyik legnépszerűbb zenekara, olyan formáció, melynek zenéire, szövegeire nem lehet nem odafigyelni. A Quimby pályafutása alatt nyolc lemezt készített, melyek közül kettő, az Ékszerelmére és a Kilégzés az év albuma díját nyerte el.



KULTURÁLIS kínáló

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: FÖLDVÁRI GABRIELLA



HALLOWEEN-PARTY lesz szerdán 18 órától a Petőfi Sándor Művelődési Házban. Felépők: Demonlord, DNS, Power, Arcadia, sztárvendég: Rudán Joe.

KISPÉTER: Válogatás. Kis Péter grafikusművész Válogatás című kiállítását október 29-én 17 órakor Keszei L. Andráshoz nyitja meg. A tárlat november 14-ig látható a Petőfi Sándor Művelődési Házban.



HALLOWEEN A MOBILISBEN. Kísérteties kísérletek, többek között elefántfogkrémet köpő tökfejek, lángfestés, foszforeszkálás, ördögszekér várja a látogatókat október 27-én a Mobilisban. Megismerhetik a tudomány ijesztő és brutális oldalát, veszélyes kísérleteket láthatnak a résztvevők. Délután háromtól halloweeni sminkverseny lesz képzőművészek közreműködésével, tökhintó és töklámpás készítése, tökdobálás és „tökös” tűzoltás is szerepel a programban. Ezen a szombaton este nyolcig tart nyitva a Mobilis.



TÖK FARAGÓ-VERSENY. A Pinnyédi Művelődési Ház tökfaragó-versenyt hirdet Halloween napjára. A versenyzőket faragott töklámpáikkal október 31-én, szerdán 19 órára várják a művelődési ház udvarára. A kivilágított lámpások közül a legötletesebb és legszebb darabok tulajdonosait díazzák.



FÚVÓSÖTÖS. Az Esterházy Quintett (Szalai Mária – fuvola, Lakatos Mihály – oboa, Kerti Áron – klarinét, Janzsó Péter – fagott, Kovács Róbert – kürt) muzsikál október 28-án, vasárnap 16 órától a volt zsinagógában. Műsoron Mozart Varázsfuvolájának nyitánya, valamint a c-moll szerenádja, és Ligeti 6 bagatell műve. A koncert a Flesch Károly bérletsorozat első előadása.

Duna Televízió, október 26., péntek, 22:50

Betyárok csillaga

Magyar dokumentumfilm

A dél-alföldi parasztságot mindig is sokféle nyomorúság sújtotta. Az 1700-as évek első felében feketehimlő, 1831-ben a nagy kolerajárvány tizedelte meg, ehhez jött a mérhetetlen szegénység, a fejletlen gazdaság miatt fellépő éhínség, sáskajárás, földesúri sarcok. Ebben az időszakban járták a tanyavilágot az eredetileg pásztorok közül kikerült „szegénylegények”, köztük a betyárok királya, az 1813-ban született Rózsa Sándor. A dokumentumfilmben a néprajzkutatók mellett megszólalnak az egyszerű emberek is.

M1, október 27., szombat, 20:15

Szerelem második látásra

Angol-amerikai romantikus dráma



A hétfői határidő felettébb közel van, ám a hétfőgén Harveynek még Londonba kell repülnie a lánya esküvőjére. A brit fővárosban kiderül, hogy a lánya nevelőapja lesz az örömapa. A csalódott Harvey repülne vissza New Yorkba, ám lekési a gépet.

Harvey Shine reklámdalok írásával foglalkozik. Lehet, hogy már nem sokáig, ugyanis a főnökétől egy utolsó esélyt kapott, mielőtt kirúgná a cégtől.

Viasat3, október 27., szombat, 15:55

Értelem és érzelem

Amerikai-angol romantikus film

A Dashwood lányok pénz nélkül maradnak apjuk váratlan halála után. Egyetlen esélyük, ha jól mennek férjhez. Az idősebbik lány, Elinor nem bíz az érzelmeiben, és bár Brandon ezredes és Edward Ferrars is megkérnyékezi, úgy véli, a szív dolgaiban is az észére kell hallgatnia. Húga, Marianne viszont egészen más természet. Csöppet sem leplezi az elbűvölő Willoughby iránt érzett szenvedélyes szerelmét.



OKTÓBER 26., PÉNTEK

M1	
05:20	Hajnali gondolatok
05:23	Az Este
05:55	Ma Reggel
08:00	Híradó
08:05	Sporthírek
08:10	Időjárás-jelentés
08:15	India - Álmok útján
09:05	Fábró
10:20	Család-barát
12:00	Déli harangszó
12:01	Híradó délből
12:25	P'amende
12:55	Esély
13:25	Jelfák
13:40	Négy szellem
14:35	Édes élet olasz módra
15:25	A korona hercege
16:40	MM
17:30	Jövő-időben
17:40	Heartland
18:30	Maradj talpon!
19:30	Híradó este
20:00	Sporthírek
20:05	Időjárás-jelentés
20:15	Poén Péntek
21:10	Mindenből egy van
22:10	Az Este
22:45	Sikersorozat
23:20	Füleinincs nyúl
01:10	Maradj talpon!
02:05	MM

RTL KLUB	
05:40	Top Shop
06:05	Jó reggelt, skacok!
07:35	RTL Klub Híradó
08:05	Reflektor Reggel
08:15	Reggeli - Csak csajok
09:00	Mindörökké szerelem
10:05	Top Shop
11:45	Asztro Show
12:50	Az éden titkai
14:00	Fókusz
14:40	Pasik
15:10	Bűnös szerelem
16:15	Marichuy - A szerelem diadala
16:45	Rivalisok
17:15	A gyanú árnyékában
18:30	RTL Klub Híradó
19:10	1 perc és nyers!
20:10	Fókusz
20:50	Barátok közt
21:25	CSI: A helyszínelők
22:30	Gyilkos elmék
23:30	Odaát
00:30	Reflektor
00:50	Törzsutas
01:25	Terminátor - Sarah Connor krónikái
02:20	Autómánia

TV2	
06:00	Alexandra Pódium
06:25	Tények Reggel
07:00	Mokka
09:30	Stahl konyhája
09:40	Babapercek
09:50	Teleshop
10:55	EZO.TV
12:00	Rex felügyelő
13:00	Rex felügyelő
14:00	Tények Délután
15:00	Marina
15:30	Walker, a texasi kopó
16:30	Hal a tortán
17:25	Update Konyha
17:30	Hawaii Five-0
18:30	Tények
19:35	Jóban Rosszban
20:05	Jóban Rosszban
20:30	The Voice - Magyarország hangja
22:05	Halálí zsaruk
23:15	Grimm
00:15	Tények Este

DUNA TV	
05:25	Gazdakör
05:40	Híradó
06:00	Kárpát Expressz
06:30	Híradó
06:35	Slovenski Utrinki
07:05	Alpok-Duna-Adria
07:30	Híradó
07:40	A Duna - Utazás ingyecneknek
08:10	Kultikon
08:30	Híradó
08:35	Szerelmes földrajz
09:10	Közbeszéd
09:40	Hazám, hazám
10:25	Fény és innováció
11:00	India és Nepál
12:00	Déli harangszó
12:02	Híradó - Déli kiadás
12:10	Vers
12:25	Tűskevár
13:00	Kívánságkosár
15:00	Ness Hungary NBII. labdarúgó-bajnokság
17:00	Duna aniz
17:20	Életképek
18:00	Híradó - 18:00
18:25	Dunasport
18:30	Időjárás-jelentés
18:35	Közbeszéd
19:05	Az ősz 17 pillanata
19:30	Talentum
20:05	A karvaly csendje
21:00	Aranypálca

VIASAT3	
05:00	A kifutó
05:45	Zsirégetők
06:40	Tuti gim
07:35	Harmadik műszak
08:35	Harmadik műszak
09:30	Cinikus hekus
12:15	Gordon Ramsay - A pokol konyhája
13:10	Monk - Flúgos nyomozó
14:05	Monk - Flúgos nyomozó
15:00	A főnök
15:55	Esküdt ellenségek: Bűnös szándék
16:50	Esküdt ellenségek: Bűnös szándék
17:45	A főnök
18:40	Gordon Ramsay - A pokol konyhája
19:35	Jóbarátok
20:05	Jóbarátok
20:30	Két pasi - meg egy kicsi
21:00	Két pasi - meg egy kicsi
21:25	Fekete eső
00:00	Miami trauma
00:55	Fekete eső
03:10	Miami trauma

OKTÓBER 27., SZOMBAT

M1	
05:25	Hajnali gondolatok
05:30	Az Este
06:00	Magyar gazda
06:30	Család-barát Hétvége
09:00	Pecatúra
09:30	Boxutca - Forma-1 magazin
10:00	Forma-1 Indiai Nagydíj - Időmérő edzés
12:00	Déli harangszó
12:01	Hírek
12:05	Miről van szó?
12:35	Zöld Tea
13:05	Tetőtől talpig
13:35	Uticélok
13:55	Telesport
15:55	Uticélok
16:10	Mesterkurzus
16:45	Doc Martin
17:35	Gasztróangyal
18:30	SzerencseSzombat
19:30	Híradó este
20:00	Sporthírek
20:05	Időjárás-jelentés
20:15	Szerelmek második látásra
21:50	Szeretettel Hollywoodból
22:20	Betty nővér
00:10	MűpArt - Szakcsi Climate Change: Tükrök
01:35	Wallander

RTL KLUB	
06:30	Top Shop
07:00	RTL Klub Híradó
07:20	Kölyöklklub
10:05	Lego Ninjago
10:30	Asztro Show
11:25	XXI. század - a legendák velünk élnek
12:00	Házon kívül
12:30	Autómánia
13:10	Steven Seagal - Az igazságosztó
13:45	112 - Életmentők
14:20	Arn, a templomos lovag
18:30	RTL Klub Híradó
19:00	Fókusz Plusz
19:30	X-Faktor
22:20	Ne szólj száj!
00:40	Fókusz Plusz

TV2	
06:00	Látélet a Földről
06:25	TV2 matiné
09:30	EZO.TV
10:00	Babavilág
10:30	9 hónap
11:00	Túsarak
11:30	Tequila és Bonetti legújabb kalandjai
12:30	Duval és Moretti
13:30	Top Speed
14:00	Autóguru
14:30	Sheena, a dzsungel királynője
15:30	Az ötmillió dolláros főnyeremény reményében egy műsorvezető, egy iparmágnás, egy médiaguru, egy legendás focista és egy író úgy döntene, hogy részt vesznek abban a túlélőjátékban, amit Maltakától nem messze, az őserdő közepén szerveznek.
16:30	Bűbájos boszorkák
17:30	Psych - Dilis detektívek
18:30	Irgy Hónaljmirigy Show
19:00	Tények
19:35	Aktiv Extra
19:55	Nyákgiglove
21:15	A triffidek napja
00:45	EZO.TV
01:45	Kalandjártar
02:10	TeleShop
02:40	Vers éjféltör - magyar versek

DUNA TV	
06:00	Gazdakör
06:30	Szentföldi szent helyek üzenete
06:50	Századfordító magyarok
07:40	Duna aniz
08:00	Es még egymillió lépés
08:45	Élő egyház
09:15	Isten kezében
09:40	8. Nemzetközi Cirkuszfesztivál
10:35	Székelly kapu
11:05	Daktari
12:00	Déli harangszó
12:02	Híradó - Déli kiadás
12:10	Vers
12:15	Izörzők: Hévíz
12:50	A budapesti rém
14:05	Apocaliszt
14:55	Hagyaték
15:25	Őnök kérték!
16:25	Elnökissasszony
18:00	Híradó - 18:00
18:25	Dunasport
18:30	Időjárás-jelentés
18:35	Fölszállott a páva
19:30	Hogy volt?
20:30	Színház az egész... - Komédiások
21:25	Napok, évek, századok
22:20	Dunasport
22:30	A szerelem születése
00:05	Koncertek az A38 hajón
00:55	Koncertek az A38 hajón
01:50	Himnusz

VIASAT3	
06:30	Zsirégetők
07:20	10 évvel fiatalabb: A kihívás
08:20	Az év embere
10:35	Szex és New York light
11:05	Szex és New York light
11:35	Szívek szállodája
12:30	Szívek szállodája
13:30	Kisasszonyok
15:55	Értelem és érzelem
18:45	Kilenc
21:00	Bordertown - Átkelő a halálba
23:20	Fűrészlő VI.
01:10	Darwin-díj - Halni tudni kell!
02:55	Vészhelyzet

győr+rádió
FM 100,1

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

Hatos
ÉLŐTÁRSAS+NYELVTRÉNING+NYELVTRÉNING

• ÖSD, ECL, EURO nyelvvizsga-tréningek a decemberi nyelvvizsgákra csoportban és magánbérletben is
• 20 órás francia, spanyol, orosz nyelvi kurzusok kezdőknek 3 fős csoportokban szuper akciós árdíjon
• Gazdasági, turisztikai szaknyelv
• XI. 12-től 60 órá, 3 hetes intenzív német nyelvtanfolyam álláskezesők számára kezdő 2 szinten **Szuperakció! 450 Ft/óra áron!**
¡Hola! ¿Vives aquí y no hablas el húngaro? Ven a la escuela de lenguas Hatos y apréndelo en grupos reducidos a todos niveles. +36-30-520-1895

OKTÓBER 28., VASÁRNAP

M1	
05:30	Hajnali gondolatok
05:35	Magyar gazda
06:00	Esély
06:30	Család-barát Hétvége
09:00	Református magazin
09:20	Engedjétek hozzám
09:30	Az utódok reménysége
10:00	Forma-1 Indiai Nagydíj - Futam
12:50	Hírek
13:00	Múlt-kor
13:30	Angi jelenti
14:00	Szellem a palackból...
14:30	Világ+Kép
15:00	Telesport
15:30	Rejtélyek, mítoszok és legendák madártávlatból
16:25	Telesport
18:50	A Lényeg
19:30	Híradó este
20:00	Sporthírek
20:05	Időjárás-jelentés
20:15	Magyarország, szeretlek!
21:30	Egyszer volt, hol nem volt
22:15	Fegyvernepper
00:15	A Bécsi Filharmonikusok őszi hangversenye

RTL KLUB	
06:30	Top Shop
07:00	Kölyökklub
10:05	Trendmánia
10:45	Teleshop
11:40	Törzsutas
12:15	Pick Szeged-MKB Veszprém férfi kézilabda bajnoki mérkőzés
14:05	112 - Életmentők
14:35	112 - Életmentők
15:05	112 - Életmentők
15:35	Tru Calling - Az őrangyal
16:40	Hull a pelyhes
	Howardnak (Arnold Schwarzenegger) alig marad ideje csatládjára, de elhatározza, hogy megszerzi fiának minden gyerek álmát, a Turbo Mant. Alaposan össze kell szednie magát, ha teljesíteni akarja teremt.
18:30	RTL Klub Híradó
19:00	Cobra 11
20:00	Garfield 2.
21:45	A piszkos tizenkettő
00:50	Portré

TV2	
05:45	Reggeli gondolatok
06:15	Zöld világ
06:45	TV2 matiné
10:00	Beyblade
10:20	EZO.TV
10:50	EgészségMánia
11:20	Kalandjárt
11:50	Borkultusz
12:20	Stahl konyhája
12:50	En is szép vagyok
13:20	Több mint TestOr
13:50	A kiválasztott - Az amerikai látnok
	
14:50	Monk - Flúgos nyomozó
15:50	Bűbajos boszorkák
16:50	Nyakiglove
18:30	Tények
19:00	Napló
20:05	Az 50. első randi
21:55	Frizbi Hajdú Péterrel
23:05	Szellemekkel szuttogó
00:05	Összeesküvés
01:05	EZO.TV
02:05	Napló

DUNA TV	
06:00	Gazdakör
06:30	Szentföldi szent helyek üzenete
06:45	Hófehérke
07:10	Kávéház
07:40	Világ-nézet
08:30	Isten kezében
09:00	Hagyaték
09:30	Felelet az életnek
09:55	Száműzött magyar irodalom
10:25	Határtalanul magyar
11:00	Reformáció napi református istentisztelet közvetítése Uzon-Bikfalváról
12:00	Déli harangszó
12:02	Híradó - Déli kiadás
12:10	Vers
12:15	Izörök: Németkér
12:45	Lila akác
14:10	Magyar első
14:30	Talpalatnyi zöld
14:55	Hazajáró
15:25	Hogy volt?
16:25	Megálmodtalak
18:00	Híradó - 18:00
18:25	Dunasport
18:30	Időjárás-jelentés
18:35	Heti Hírmondó
19:05	Önök kérték!
20:00	Rózsa Sándor
20:50	Klubszoba
21:45	Euripidész: Médeia
23:20	Dunasport

VIASAT3	
05:20	10 évvel fiatalabb: A kihívás
06:15	Lusudoki
06:25	Ki ez a lány?
07:05	Zsirégetők
07:55	Divatdiktátorok modelljei
08:30	EgészségÖr
09:00	Utazóna
09:30	Trendközben
10:00	A nagy házalakítás
11:00	A nagy házalakítás
11:55	Kisasszonyok
	
14:25	Kilenc
16:45	Anna
18:55	Fátylat rá!
20:05	CSI: A helyszínelők
20:55	A célszemély
21:55	Bean - az igazi katasztrófafilm
23:45	Jackie nővér
00:25	Kés/altat
01:20	Las Vegas
02:10	CSI: A helyszínelők
03:00	Las Vegas
03:45	Trendközben

OKTÓBER 29., HÉTFŐ

M1	
05:20	Hajnali gondolatok
05:23	A Lényeg
05:55	Ma Reggel
08:00	Híradó
08:05	Sporthírek
08:10	Időjárás-jelentés
08:15	India - Álmok útján
09:05	Magyarország, szeretlek!
10:15	Család-barát
11:30	Napirend előtt
12:00	Déli harangszó
12:01	Híradó délből
12:25	Roma Magazin
12:55	Domovina
13:25	Jelfák
13:40	Magyarlakta - vidékek krónikája
14:35	Edes élet olasz módra
15:25	A korona hercege
16:35	MM
17:30	Jövő-időben
17:40	Heartland
18:30	Maradj talpon!
19:30	Híradó este
20:00	Sporthírek
20:05	Időjárás-jelentés
20:15	Hacktion Újratöltve
21:10	Kétfény
22:10	Az Este
22:45	Atok
23:15	KorTárs
23:45	Aranymetszés
00:45	Maradj talpon!

RTL KLUB	
06:05	Jó reggelt, skacok!
07:35	RTL Klub Híradó
08:05	Reflektor Reggel
08:15	Reggeli - Csak csajok
09:00	Mindörökké szerelem
10:05	Top Shop
11:45	Asztro Show
12:50	Az éden titkai
14:00	Fókusz
14:40	Pasik
15:10	Bűnös szerelem
16:15	Marichuy - A szerelem diadala
16:45	Rivalisok
17:15	A gyanú árnyékában
	
18:30	RTL Klub Híradó
19:10	1 perc és nyers!
20:10	Fókusz
20:50	Barátok közt
21:30	Dr. Csont
22:30	Showder Klub
23:35	PokerStars.net - Big Game
00:35	Reflektor
00:50	Ments meg!

TV2	
05:25	Teleshop
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
12:05	Ami sok, az sok
14:00	Tények Délután
15:00	Marina
15:30	Walker, a texasi kopó
16:30	Hal a tortán
17:25	Update Konyha
17:30	Hawaii Five-0
18:30	Tények
19:35	Aktív
20:05	Jóban Rosszban
20:35	Jóban Rosszban
21:20	NCIS
22:15	NCIS: Los Angeles
23:15	Bostoni halottképek
00:20	Tények Este
00:55	EZO.TV
01:55	NCIS
02:45	NCIS: Los Angeles
03:35	Aktív Extra

DUNA TV	
05:25	Gazdakör
05:40	Híradó
06:00	Kárpát Expressz
06:30	Híradó
06:35	Heti Hírmondó
07:00	Hagyaték
07:30	Híradó
07:35	A tudomány műhelyében
08:05	Kultikon
08:30	Híradó
08:35	Székely kapu
09:05	Közbeszéd
09:30	Élő egyház
10:00	Isten kezében
10:30	Felelet az életnek
11:00	Klubszoba
12:00	Déli harangszó
12:02	Híradó - Déli kiadás
12:10	Vers
12:15	Világvédelem lehetne
12:30	Napirend előtt
13:00	Közelebb a parlament üléséről
16:30	Térkép
17:00	Duna anxyz
17:20	Életképek
18:00	Híradó - 18:00
18:25	Dunasport
18:30	Időjárás-jelentés
18:35	Közbeszéd
19:05	Talentum
19:35	Mint oldott kéve
20:35	Hírek

VIASAT3	
05:30	Tuti gimmi
06:20	A kifutó
07:15	Tuti gimmi
	Nathan újra összejön Haleyvel, de az apja bogarat ültet a fülébe azzal, hogy azt sugallja, Haley biztosan egy gyerekkel akarja megfogni. Nathan újra bedől az apja ármánykodásának. Haley megsértődik. Keith visszatér a városba.
08:05	Harmadik műszak
09:00	Bean - az igazi katasztrófafilm
10:40	A Bermuda-háromszög rejtélye
12:25	Monk - Flúgos nyomozó
13:20	Monk - Flúgos nyomozó
14:20	A főnök
15:15	Esküdt ellenségek: Bűnös szándék
16:10	Esküdt ellenségek: Bűnös szándék
17:05	A főnök
18:05	Nyered, ha mered
18:40	Gordon Ramsay - A pokol konyhája
19:35	Jóbarátok
20:05	Jóbarátok
20:30	Két pasi - meg egy kicsi
21:00	Két pasi - meg egy kicsi
21:25	Tudom, mit tettel taval nyáron

OKTÓBER 30., KEDD

M1	
05:20	Hajnali gondolatok
05:23	Az Este
05:55	Ma Reggel
08:00	Híradó
08:05	Sporthírek
08:10	Időjárás-jelentés
08:15	India - Álmok útján
09:05	Hacktion Újratöltve
10:00	Kerékpártúra
10:30	Család-barát
12:00	Déli harangszó
12:01	Híradó délből
12:25	Srpski Ekran
12:55	Unser Bildschirm
13:25	Jelfák
13:40	Poén Péntek
14:35	Edes élet olasz módra
15:25	A korona hercege
16:30	MM
17:40	Heartland
18:30	Maradj talpon!
19:30	Híradó este
20:00	Sporthírek
20:05	Időjárás-jelentés
20:15	Párizsi helyszínelők
21:05	Borvacsora
22:05	Az Este
22:40	Borgiák
23:35	A rejtélyes XX. század
00:05	Maradj talpon!
01:00	MM

RTL KLUB	
05:40	Top Shop
06:05	Jó reggelt, skacok!
07:35	RTL Klub Híradó
08:05	Reflektor Reggel
08:15	Reggeli - Csak csajok
09:00	Mindörökké szerelem
10:05	Top Shop
11:45	Asztro Show
12:50	Az éden titkai
14:00	Fókusz
14:40	Pasik
15:10	Bűnös szerelem
16:15	Marichuy - A szerelem diadala
16:45	Rivalisok
17:15	A gyanú árnyékában
18:30	RTL Klub Híradó
19:10	1 perc és nyers!
20:10	Fókusz
20:50	Barátok közt
21:30	Castle
22:30	Dögöltött akták
23:35	XXI. század - a legendák
00:10	Reflektor
00:25	Ments meg!

TV2	
06:00	TotalCar
06:25	Tények Reggel
07:00	Mokka
09:35	Babapercek
09:40	Stahl konyhája
09:45	Teleshop
10:50	EZO.TV
11:55	A csendestárs
14:00	Tények Délután
15:00	Marina
15:30	Walker, a texasi kopó
16:30	Hal a tortán
17:25	Update Konyha
17:30	Hawaii Five-0
18:30	Tények
19:35	Aktív
20:05	Jóban Rosszban
20:35	Jóban Rosszban
21:20	Mission: Impossible
	Egy volt orosz kém titkos nemzetközi információkat dob a feketepiacra. Ha az információ rossz kezekbe kerül, a következmények beláthatatlanok. Így a szupercsoport akcióba lép. Brian De Palma filmje.
23:30	Aktív
00:00	Tények Este
00:35	EZO.TV
01:35	Magyar szépség
03:30	TotalCar
03:55	Vers éjféltor - magyar versek

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	A tudomány műhelyében
08:10	Kultikon
08:30	Híradó
08:35	Hazajáró
09:00	Közelebb a parlament üléséről
16:00	Mesélő cégtáblák
16:30	Térkép
17:00	Duna anxyz
17:20	Életképek
18:00	Híradó
18:25	Dunasport
18:30	Időjárás-jelentés
18:35	Közbeszéd
19:05	Magyar első
19:20	Talentum
19:50	Helló, Doki
20:45	Hírek
20:50	Dunasport
21:00	Kiáltás szabadságot!
23:30	Kultikon
23:45	Koncertek az A38 hajón
00:40	Koncertek az A38 hajón
01:30	Vers
01:35	Himnusz
01:40	Hírek

VIASAT3	
05:30	A kifutó
06:20	Tuti gimmi
07:15	Harmadik műszak
08:10	Ertelem és érzelem
10:45	A Bermuda-háromszög rejtélye
12:25	Monk - Flúgos nyomozó
13:20	Monk - Flúgos nyomozó
14:20	A főnök
15:15	Esküdt ellenségek: Bűnös szándék
16:10	Esküdt ellenségek: Bűnös szándék
17:05	A főnök
18:05	Nyered, ha mered
18:40	Gordon Ramsay - A pokol konyhája
19:35	Jóbarátok
20:05	Jóbarátok
20:30	Két pasi - meg egy kicsi
21:00	Két pasi - meg egy kicsi
21:25	Még mindig tudom, mit tettel taval nyáron
23:30	Esküdt ellenségek: Bűnös szándék
00:30	Esküdt ellenségek: Bűnös szándék
01:30	Még mindig tudom, mit tettel taval nyáron

Duna Televízió, október 31., szerda, 15:00

A Himalája ösvényei

Koreai ismeretterjesztő filmsorozat



A Himalája kietlen völgye hatalmas kopár tér Nyugat-Tibetben. A „Hold palotájának” is nevezik, és talán Shambala titokzatos birodalmával azonos. Az itt talált leletek és indiai dokumentumok alapján feltárul a történelem egyik elfeledett korszaka. A Guge királyság virágkorában dúskált az aranyban, kiterjedt kereskedelmi hálózattal rendelkezett, és a buddhizmus Indiából való átmentésében jelentős szerepet játszott.

Viasat3, november 1., csütörtök, 10:45

Flyboys – Égi lovagok

Színes, fekete-fehér, angol-amerikai filmdráma

1916-ot írunk. Már majdnem két éve dűl az I. világháború. A nyugati fronton a brit és francia szövetséges erők megerősítették lövészárkaikat a németekkel szemben, milliók estek áldozatul. Az Egyesült Államok továbbra is kitart a semlegesség mellett, és elszigetelt marad arra hivatkozva, hadd vívják meg az európaiak a saját harcukat. Ám számos amerikai utazott Európába a Szövetségek segítésére.



RTL Klub, november 1., csütörtök, 20:50

Bor, mámor, Provence

Amerikai-angol romantikus vígjáték

A bankár Max új tranzakciójának sikerét beárnyékolja bácsikája halálhíre. Miközben Franciaországba utazik, ahol kastélyt és szőlőbirtokot örökölt, Max maga sem tudja, mihez kezdjen, vegye át az irányítást, vagy értékesítse. Az emlékei mellett sok idejét foglalja le Fanny, az étterem tulajdonosnője. Az álmodozásnak vége szakad, amikor felbukkan Christie, a nagybácsi törvénytelen lánya, aki Max szerint szélhámos.



OKTÓBER 31., SZERDA

M1	RTL KLUB	TV2	DUNA TV	VIASAT3
05:20 Hajnali gondolatok 05:23 Az Este 05:55 Ma Reggel 08:00 Híradó 08:05 Sport hírek 08:10 Időjárás-jelentés 08:15 India - Almok útján 09:05 Párizsi helyszínelők 09:55 Zöld Tea 10:25 Család-barát 11:30 Atjáró 12:00 Déli harangszó 12:01 Híradó délben 12:25 Hrvatska krónika 12:55 Ecranul nostru 13:25 Jelfák 13:40 Borvacsora 14:35 Edes élet olasz módra 15:25 A korona hercege 16:35 MM 17:30 Jövő-időben 17:40 Heartland 18:30 Maradj talpon! 19:30 Híradó este 20:00 Sport hírek 20:05 Időjárás-jelentés 20:15 Bosszú 21:00 Pesty Fekete Doboz 22:00 Az Este 22:35 Miről van szó? 23:05 Múlt-kor 23:35 Történetek a nagyvilágból	05:40 Top Shop 06:05 Jó reggelt, skacok! 07:35 RTL Klub Híradó 08:05 Reflektor Reggel 08:15 Reggeli - Csak csajok 09:00 Mindörökké szerelem 10:05 Top Shop 11:45 Asztro Show 12:50 Az éden titkai 14:00 Fókusz 14:40 Pasik 15:10 Bűnös szerelem 16:15 Marichuy - A szerelem diadala <i>Miután az emberrablók közül a váltásdíj összegét, Heriberto minden megtakarítását felajánlja Oswaldónak Victoria és Marichuy kiszabadítása érdekében.</i> 16:45 Riválisok 17:15 A gyanú árnyékában 18:30 RTL Klub Híradó 19:10 1 perc és nyersz! 20:10 Fókusz 20:50 Barátok közt 21:30 Házasodna a gazda 22:40 Házon kívül 23:10 Reflektor 23:30 Kicsoda Jackson Pollock?	05:25 Teleshop 06:00 Babavilág 06:25 Tények Reggel 07:00 Mokka 09:30 Stahl konyhája 09:35 Babapercek 09:40 Teleshop 10:45 EZO.TV 12:05 Könyvelő a pácban 14:00 Tények Délután 15:00 Marina 15:30 Walker, a texasi kopó 16:30 Hal a tortán 17:25 Update Konyha 17:30 Hawaii Five-0 18:30 Tények 19:35 Aktiv 20:05 Jóban Rosszban 20:35 Jóban Rosszban 21:20 Doktor House 22:20 Született feleségek 23:20 En is szép vagyok 23:50 Tények Este 00:25 EZO.TV 01:25 Doktor House 02:15 Született feleségek 03:05 Babavilág 03:30 Vers éjféltör - magyar versek	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 A tudomány műhelyében 08:10 Kultikon 08:30 Híradó 08:35 Határtalanul magyar 09:10 Közbeszéd 09:35 Napok, évek, századok 09:10 Fejezetek Magyarország közlekedéstörténetéből 11:00 Reformáció napi református istentisztelet közvetítése Uzon-Bikfalváról 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó - Déli kiadás 12:10 Vers 12:20 Tűskevár 13:00 Kívánságkosár 15:00 A Himalája ösvényei 16:00 Múzeumtúra - Francia módra 16:30 Térkép 17:00 Duna anizx 17:20 Életképek 18:00 Híradó 18:25 Dunasport 18:30 Időjárás-jelentés 18:35 Közbeszéd	05:35 Tuti gimí 06:20 A kifutó 07:20 Tuti gimí 08:10 Harmadik műszak 09:05 Babák - Az első év 10:40 A Bermuda-háromszög rejtélye 12:25 Monk - Flúgos nyomozó 13:20 Monk - Flúgos nyomozó 14:20 A főnök 15:15 Esküdt ellenségek: Bűnös szándék 16:10 Esküdt ellenségek: Bűnös szándék 17:05 A főnök 18:05 Nyered, ha mered 18:40 Gordon Ramsay - A pokol konyhája 19:35 Jóbarátok 20:05 Jóbarátok 20:30 Két pasi - meg egy kicsi 21:00 Két pasi - meg egy kicsi 21:25 Rémálom az Elm utcában 5.: Az álmogyerek 23:15 Lépéselőnyben 00:15 Rémálom az Elm utcában 5.: Az álmogyerek 02:00 Lépéselőnyben

NOVEMBER 1., CSÜTÖRTÖK

M1	RTL KLUB	TV2	DUNA TV	VIASAT3
05:25 Hajnali gondolatok 05:30 Az Este 06:00 Katolikus krónika 06:30 Család-barát 09:00 Vuk 10:20 A mi erdők 10:50 Gasztroangyal 11:40 Útravaló 12:00 Déli harangszó 12:01 Hírek 12:05 Rondó 13:05 A szeretet gyógyít - Giuseppe Moscati, a szegények orvosa 14:50 Vadászfilm 15:30 Szerencse Híradó 15:45 A tökéletes csapat 17:40 Lúdas Matyi 19:30 Híradó este 20:00 Sport hírek 20:05 Időjárás-jelentés 20:15 Amélie csodálatos élete 22:15 Négy szellem 23:10 Britannic 00:50 Rohmann Ditta és Mali Emese koncertje a Párizsi Nagyrúház Lotz termében	06:30 Top Shop 07:00 Kölyökklub 10:00 Szerencse dolga 12:20 Pár lépés a mennyország  14:20 A kincses sziget 18:30 RTL Klub Híradó 19:00 Újra a pályán 20:50 Bor, mámor, Provence 23:10 Nagy hal 01:35 Infománia	06:00 Tv2 matiné 09:50 Barbie és a Három Muskétás 11:25 Addams Family - A galád család  13:15 Addams Family 2. 15:00 Super MOKKA 17:00 Szörnyek az Űrlények ellen: A mutáns tökök inváziója 17:30 Félelem és Shrekketés 18:00 Super Aktiv 18:30 Tények 19:00 Hal a tortán 20:00 Pán Péter 22:00 Édesek és mostohák 00:20 A szerelem határai 02:20 Édesek és mostohák	05:25 Gazdakör 05:40 Beavatás 06:00 Kárpát Expressz 06:25 Horvát krónika 06:55 Ecranul nostru 07:20 A tudomány műhelyében 07:50 Száműzött magyar irodalom 08:20 Kultikon 08:35 Világvédett lehetne 08:50 A Gyalog-tenger szigetei 09:35 Az Alhambra jóslata 11:05 Híres zeneszerzők nyomában 12:00 Déli harangszó 12:02 Híradó - Déli kiadás 12:10 Vers 12:15 Világvédett lehetne 12:25 Eretlenek 13:00 Kívánságkosár 15:00 Szafari 15:30 Idegen ég alatt 16:00 Halottak napja 16:10 A világörökség kincsei 17:00 Duna anizx 17:20 Életképek 18:00 Híradó 18:25 Dunasport 18:30 Időjárás-jelentés 18:35 A szabadság keserű íze - Márai Sándor és Nápoly 19:30 Talentum 20:05 Irgalom 20:50 Dunasport	05:25 Tuti gimí 06:10 A kifutó 07:10 Tuti gimí 08:05 Harmadik műszak 08:55 Tartsd a szád és énekelj! 10:45 Flyboys - Égi lovagok 13:30 Római vakáció 16:00 Anna 18:05 Nyered, ha mered 18:40 Gordon Ramsay - A pokol konyhája 19:35 Sátánka - Pokoli poronty 21:25 Holtak földje  23:25 CSI: New York-i helyszínelők 00:20 Holtak földje 02:10 CSI: New York-i helyszínelők



PUSKÁS PROFIL SZAKÜZLET ÉS SZERVIZ

• gépek 5 év garanciával
 • szállítás 150 km-ig
 • használt gépek beszámítása

• üzembe helyezés
 • szerviz, alkatrészek, tartozékok

1988

• Győr, Kölcsey u. 1. Info: 96/313-953 • 06-30/6827-591 • 06-30/9473-535

BOSCH

Whirlpool AEG

teka FAGOR

Electrolux SIEMENS

ZANUSSI Miele

Koszorúkörkép

KÉP ÉS SZÖVEG: NAGY CSABA

A kegyeleti megemlékezésre történő felkészülés egyik fontos momentuma a szükséges koszorúk és sírdíszek beszerzése. A hétközi piacon a vásárcsarnokban tettünk látogatást, ahol október utolsó napjáig közel negyven kereskedő kegydíszkínálatából válogathatunk. Kaphatunk itt sokféle színben pompázó árvácskát. E kedves kis virágunk jellemzője, hogy a hideggel dacolva átveszeli a telet, majd a kora tavasz simogató napsütéseinek hatására újra szirmot bont. A vásárcsarnoknál vásárolhatunk vágott és szárazvirágot is. A hideget jól tűrő krizantém

Piaci kosár

Árvácska	100 Ft/db
Krizantém:	350 Ft/db
Urnakoszorú:	400 Ft/db-tól
Sírkosár:	700 Ft-tól
Cserepes sírdísz:	1500 Ft-tól
Koszorúk:	1000 Ft-tól

többféle színben és méretben kapható. A koszorúk repertoárja szinte véget nem érő. Bőséggel akad a Magyarországon elterjedt hagyományos tobozos fajtákból, de a piacon elérhető a jobbára Ausztriában forgalmazott mohás változat is.

A koroncói Kiss Józsefné a családi vállalkozás által kézzel készített koszorúkat árúsítja a vásárcsarnoknál. Amint szerdán mondta: immár huszonöt éve van jelen a piacon a sírdíszekkel. Kínálatában megtalálhatóak az egészen kisméretű urnakoszorúk, illetve az újabb igényeknek megfelelő cserepes és kaspós sírdíszek, kosarak. Az utóbbiak érdekessége, hogy enyhébb időjárás esetén megoldható a díszítést adó növények vízellátása, így a kompozíció élettartama is hosszabb. Koszorút kisebbet-nagyobbat is készít és forgalmaz többféle színben és megjelenésben. Vevői jól ismerik Adriennét, hétközi ottjártunkkor sorra érkeztek az érdeklődők standjához. A koszorúkövető rendelésre egyéni kéréseket



Október 29-én, hétfőn a vásárcsarnok környezetében a koszorúárusítás működik.

is megvalósít az egész éven át gyűjtött alapanyagokból.

Temetői látogatásunk előtt érdemes körülnézni a városréti piacon is, ahol szerdai és szombati piacnapokon szintén bőséges koszorúkínálatból válogathatunk.

Halloween az állatkertben

Október 31-én este ismét megnyílnak az állatkert kapui. Boszorkányok, szellemek, pókok és tökök lépik el az utakat és sok érdekes játékkal várják a látogatókat. Ezt üzenik minden gyereknek: öltözz melegen, hozz magaddal zseblámpát és mindig nézz a lábad elé!

A korábbi évekhez hasonlóan, mégis megújulva várja a látogatókat halloween estéjén az állatkert. Tíz helyszínen játékokkal: ormánytekével, szellemgyárral, tökcipeléssel, pókpalotával találkozhatnak kicsik és nagyok egyaránt. A minden feladatot teljesítő gyerekeket édes apróságok várják.

Elővételben jegyek már válthatók az állatkert pénztárában. Az elővételi jeggyel érkezők a zooterem melletti kapun jöhetnek be, elkerülve a jegypénztári sorbaállást.

A kőszínpadon 17 órától ismét színre lép az Állatijó Bemutató, majd az este zárásaként tűzszonglőrök várják a feladatok közt megpihenőket.

HALLOWEEN AZ ÁLLATKERTBEN

OKTÓBER 31.

16:30-19:00

Tűzszonglőrök, sámándobok,
Állatijó Bemutató.

Tíz próbatétel- édes jutalom!
Boszorkánymáglya, tökke,
pókpalota, farkasüvöltés.

Szellemgyár:
készítsd el saját szellemed!

Látogasson el hozzánk
és legyen részese
az állatkert rejtelseinek,
és a halloweeni
éjszaka meglepetéseinek!

JEGYEK ELŐVÉTELBE KAPHATÓK!

További információ: www.zoogyor.com





**ÁLLATI
JÓ CIPŐK**



SIESTA CIPŐK KIÁRUSÍTÁSA!!!

GYEREKCIPŐBOLT NYÍLT!

ugripark

A hét orvosi témája:

Közeleg az influenzajárvány



SZERZŐ: DR. HORVÁTH ZSUZSANNA HÁZIORVOS,
BELGYÓGYÁSZ
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

Az influenza a leggyakoribb légúti fertőző betegség, melyet vírus okoz. A kórokozó a levegőben cseppfertőzéssel terjed a fertőzött személy köhögésekor, tüsszentésekor keletkező légúti váladékcseppek révén.

A fertőzés megelőzésének hatékony módja a védőoltás

Tünetei

A betegség tünetei hirtelen alakulnak ki. Hidegrázás, magas láz, izom- és ízületi fájdalom, levertség, fejfájás jellemzi. A légúti tünetek kezdetben vi-

szonylag enyhék, orrfolyás, torokfájás, égő jellegű mellkasi fájdalom, száraz köhögés jelentkezhet.

Megelőzés

A fertőzés megelőzésének hatékony módja a védőoltás, melyet időben, általában október közepétől november végéig célszerű beadatni. Az oltóanyagot minden évben az aktuálisan várható influenzavírussal szemben fejlesztik ki. Mivel minden évben másik típus által okozott fertőzés várható, ezért kell az oltást minden évben ismételni. Az injekció legyengített vírusokat vagy azok részeit tartalmazza, melyek betegséget nem okoznak, de a szervezetünk ellenanyagokat termel ellenük. Ezzel tudunk védekezni akkor, ha igazi vírus jut a szervezetbe. A beadott oltás 90%-ban segít megelőzni a betegséget, illetve annak tüneteit enyhíteni.

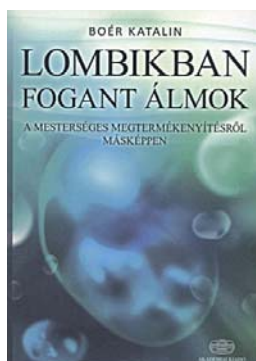
A védőoltás fő célja az, hogy védelmet nyújtson azoknak az embereknek, akiknél egy esetleges vírusfertőzés más jellegű betegségük vagy életkoruk miatt súlyos lefolyású lehet, illetve akik nagyobb eséllyel kapják el a betegséget.

Kiknek javasolt a védőoltás?

Ennek alapján az oltás javasolt a 65 éven felülieknek egészségi állapotuktól függetlenül, krónikus szív-, keringési, légzőszervi, máj-, vesebetegségben szenvedőknek, akik betegség vagy orvosi kezelés miatt csökkent immunitásúak (szteroid- vagy daganatos betegség elleni terápia miatt), cukorbetegeknek, várandósoknak, illetve azoknak a nőknek, akik a gyermekvállalást az influenza időszakára tervezik. Súlyosan vérszegényeknek, szervátültetetteknek, idősek otthonában élőknek, gyermekotthonok lakóinak, tartósan beteg gyerekeknek, egészségügyi dolgozóknak, akik gyakrabban kerülnek kapcsolatba betegekkel.

Akiknek ingyenes

A felsorolt esetek nagy részében a védőoltásért nem kell fizetni, ezt a háziorvosuktól lehet igényelni. A térítésmentesen oltandók körét minden évben az ÁNTSZ határozza meg. Az oltás a legtöbb emberben semmilyen reakciót nem vált ki. Ritkán előfordulhat a beadás helyén bőrpír, izomfájdalom, fáradtság, fejfájás, esetleg láz. Ezek az oltási reakciók azonban enyhék, többnyire 2-3 napon belül elmúlnak.



Olvasni jó! Lombikban fogant álmok

Magyarországon minden hatodik házaspár meddő – sokan mégis tartanak a lombikprogramtól, mert nem tudják pontosan, mivel jár. A szerző, Boér Katalin maga is végigjárta ezt az utat, és jól ismeri annak állomásait. Tudja, min meggy keresztül egy meddő pár, milyen

kudarcokat és reményeket élnek meg, hová fordulhatnak segítségért, milyen vizsgálatokon és beavatkozásokon esnek át, és egyáltalán: mennyi lelki és gyakorlati nehézséggel kell szembesülniük, míg megvalósíthatják álmukat. Az Akadémiai Kiadó gondozásában

megjelent könyv érthetően, mégis részletes alapossggal szól az orvosi kérdésekről, a hivatalos útvesztőkről, a különféle eljárásokról, ugyanakkor mély beleéléssel szólaltat meg számos embert, akik a mesterséges megtermékenyítést választották.

A hét kérdése: az őszi bőrbetegségekről



Válaszol: Dr. Wentzely Edit bőrgyógyász főorvos

SZERZŐ: KOVÁCS VERONIKA

FOTÓ: MARCALI GÁBOR, O. JAKÓCS PÉTER

Ősszel a hideg, a hűvös szél, a lakások fűtött levegője a bőrünket szárazabbá teszi. Ebben az időszakban az ellenállóképesség gyengébb állapota miatt gyakoriak a fertőzések, több bőrbetegség előjöhethet – mondta lapunknak a szakember.

Mennyiben viselkedik másképpen az ember bőre az őszi, nyirkos időjárásban, mint nyáron?

Ősszel a hideg, a hűvös szél, a lakások fűtött levegője a bőrt is igénybe veszi. A szaruréteg hidratáltsága, víztartalma csökken, bőrünk sokkal szárazabbá válik. A nyáron megvastagodott hámréteg hámlani kezd, ez a kopás azonban nem egyenletes, sötétebb és világosabb foltok jelenhetnek meg. A nyirkos időjárás és a szellős papucsokat felváltó zárt lábbelik fokozott talpi izzadáshoz vezethetnek.

Melyek a jellegzetes őszi bőrbetegségek?

Egyrészt bizonyos krónikus, elhúzódó bőrbetegségek őszi rosszabbodhatnak, másrészt az immun-

rendszer gyengébb állapota miatt gyakoribbak a fertőzések. Ekkor lángol fel a veleszületett hajlamon alapuló, bőrszárazsággal, nehezen csillapítható viszketéssel, gyulladásal járó gyermekkori ekcéma, a nyáron általában javuló tendenciát mutató pikkelysömör, a faggyúmirigyekben gazdag területeken, főleg az arcon és a hajas fejbőrön kialakuló, vörös, hámló foltokkal járó szorborrea. Halmozottan jelentkeznek a rendelőben fiatalok vírusfertőzés okozta rózsahámlás (nem rózsahimlő) bőrtüneteivel, mely a törzsön egy nagyobb halványvörös, széli részen hámló folttal (anyafolt) kezdődik, majd a bőr hasadási vonalainak megfelelően apró, hosszú ideig fennálló foltokat okoz.

Mit tehetünk ezek megelőzése, kezelése érdekében?

Nagyon fontos a bőr regenerálása. Az első lépés a bőr alapos tisztítása. Hetente egyszer az arcot és a testünket is radírozzuk le. A második lépés bőrünk táplálása. Minden fürdés után használjunk testápolót. Száraz bőrű kisgyermeket naponta többször is krémezni kell! Ellenőriztessük az anyajegyeinket is, hogy a nyári napsugarak nem okoztak-e rajtuk elváltozást.

Mellrákdiagnózis vérből

Olyan vérteszt kifejlesztésén dolgoznak brit kutatók, amely a DNS-ben bekövetkezett változások alapján azonosítja a mellrák korai jeleit. Hamarosan elindul a vérteszt első klinikai próbája, a résztvevők azok közül kerülnek ki, akiket a mamográfiás vizsgálat után visszarendelnek. A kutatók reményei szerint az emlőtumor igen korai jeleit felismerő teszt öt éven belül forgalomba kerülhet.



Kígyóméreg fájdalomcsillapításra

A fekete mamba mérgeiben olyan fehérjék találhatók, amelyek a morfiumhoz



hasonló hatékonysággal blokkolják a fájdalomérzetet, ám kevesebb a mellékhatásuk – számoltak be megál-

lapításukról francia kutatók. A kígyóméreg-fehérjékre akkor bukkantak rá, amikor a morfiumhoz hasonló ópiátok helyettesítésére kerestek hatóanyagokat. Az ópiátokkal szemben ugyanis igen sok pácienstől tolerancia alakul ki.

Mozgással a nátha ellen



Számos vizsgálat bizonyítja, hogy azok, akik hetente többször legalább 45 percet mozognak (ez lehet akár séta is), 25-50 százalékkal hamarabb meggyógyulnak a náthából. A betegség időtartamának lerövidülése jóval több, mint amit gyógyszerrel el lehet érni.

Izomláz – mit tegyünk?

Mitől fájnak az izmaink?

Természetes dolog, hogy nagyobb megerőltetés, sporttevékenység, vagy akár csak házimunka után is izomláza van valakinek, különösen, ha nem megszokott tevékenységet végzett, hirtelen jobban megerőltette magát a szokásosnál vagy olyan különleges sportot űzött, ami az izmok nyújtásával vagy összehúzásával jár (például hegyről lefelé séta).

Ezek a változások mikrosérüléseket okoznak az izomrostokban és a kötőszövetben, ami körülbelül egy nap elteltével fájdalmat okozhat. Azonban a mozgás megismétlésével az izmok hozzászoknak a munkához.



Ízületi fájdalom

Az ízületi fájdalom általában ízületi kopás jele. Ez a gyulladásos betegség az életkorral egyre gyakoribbá válik. Ízületi fájdalmat a megerőltetés is okozhat. Kérdés, hogy hűtsük-e vagy melegítsük a fájdalmas testrészt? Szakemberek szerint a hűtés azonnali megkönnyebbülést hoz, de ne közvet-

lenül tegyük a jeget a fájdalom helyére, hanem egy vékony törülközőbe csavarjuk a jégakkut. A jegelés csökkenti a gyulladást, de később a vérkeringés fokozására inkább a melegítés ajánlott.

Gyógyszeres kezelés

Ha néha izomlázunk van vagy sajognak az ízületeink, bevehetünk paracetamol-származékokat vagy úgynevezett nem szteroid gyulladáscsökkentőt (ibuprofen, naproxen), esetleg aszpirint. Ne szedjük azonban a nem szteroid gyulladáscsökkentőket rendszeresen az esetleges mellékhatásuk miatt. A vény nélkül kapható fájdalomcsillapítók befolyásolhatják más gyógyszerek hatását, ezért ha valaki rendszeresen szed valamilyen gyógy-

szert vagy krónikus betegsége van, beszélje meg orvosával.

Megelőzés

Valaha a nyújtást ajánlották edzés előtt, a legújabb kutatások szerint azonban ez nem sokat használ. Jobb, ha alaposan bemelegítünk egy új vagy megerőltető sporttevékenység előtt, és csak akkor nyújtunk, ha izmaink már kellően melegedtek. Egyesek szerint a C-vitamin vagy más antioxidánsok szedésével megelőzhető az izomláz, de ezt a kérdést is jobb az orvossal megbeszélni. A megelőzés legjobb módja, ha csak fokozatosan látunk neki bármilyen mozgásnak, sporttevékenységnek, és az intenzitást nem növeljük egy alkalommal 10 százaléknál jobban.

Szalay Ádám televíziós újságíró sikeres ember, így boldog is. Hogy nem feltétlenül következik egyik a másikkól? Csak felfogás kérdése. A háromgyerekes családapája szerint egyszerre lehet teljes harmonikus életet élni férjként, szülőként, barátként és főszereplőként is. És ne hallgassuk el azt sem, hogy a kapcsolatok mellett az egészség és az anyagi biztonság is része a teljes elégedettségnek. Azt állítja, megtalálta a siker titkát.

Az álmok valóra válthatók

Szalay Ádám: Minden tudását, minden tapasztalatát igyekezett átadni nekem Jack Canfield

SZERZŐ: M. S.

Nagyon sok könyv és film szól arról, hogyan vehetjük a kezünkbe az életünk irányítását, hogyan változtathatunk a sorsunkon. Feleségével, Szilviával azt a célt tűzték ki maguk elé, hogy minél több embernek segítsenek abban, hogy az álmaik megvalósuljanak. Mert a siker tanulható: lépésről lépésre elsajátíthatók a mindennapi életben alkalmazható módszerek, amikkel elérhetőek a vágyott célok, legyen az pénz, ház, autó, karrier, boldog párkapcsolat, fogyás vagy bármi más.

„Egészen San Diegóig mentem, míg végül Amerika egyes számú sikertrénerre, Jack Canfield adta meg a

választ arra a kérdésemre, hogy mi hol rontottuk el? Ő írta az Erőleves a léleknek könyvsorozatát és az egyik kulcsszereplő a Titokban is. Ezekben

Szalay Ádám:
Mindannyiunk szívében ott lobog a tűz: fontos felelősségünk, hogy megértsük, milyen álmok táplálják ezt a lángot és nem szabad hagynunk, hogy kihűnyjon.

minden olyan egyszerű: elképzeljük, hogy megteremtjük magunknak a

szép házat és kocsit, aztán mindez valóra válik” – mondta Szalay Ádám.

Canfield tréningje egy 30 év alatt kiérlelt módszer, melyet több százezer tanfolyam visszajelzései alapján finomított-tökéletesített évtizedeken át. „Minden tudását, minden tapasztalatát igyekezett átadni nekem és a világ számos pontjáról érkezett 92 társamnak a 2009 őszén indult egyéves trénerképzésen az Egyesült Államokban. Megkaptam az oklevelét és vele a jogosultságot arra, hogy az anyagát oktathassam.”

A módszert Szalay Ádám magyarsította, azaz megmaradt benne az amerikaiak sugárzó életigenlése, ugyanakkor kiegészült azzal a csaknem húsz éves tapasztalattal, amelyre televíziós-

ként, riporterként itthon tett szert: „A munkám során testközelből láthatom, mitől válik az egyik riportalany boldoggá és vagyonossá, a másik pedig keserűvé és nincstelenné.” Egyik jelentős eleme a szövetségi rendszer megteremtése, ezért fontos Szalay Ádám életében is a társ: „Nekem szerencsém van: a feleségemről van szó, Szilviáról, aki kivételes lényeglátásával, ötleteivel és kendőzetlen visszajelzései-vel ott bábáskodott a Sikerkód születésénél és részt vett vesz a tréning folyamatos tökéletesítésében is. Bár a tanfolyamokon én állok a rivaldafényben, szelíd és okos tanácsaival ő is sokat segít a résztvevőknek egy-egy problémás kérdés megoldásában.”



Szalay Ádám San Diegóig utazott, ahol Jack Canfieldtől megtanulta a módszert, ami boldoggá tesz.

Mondja ki magában az alábbi néhány állítást, és figyelje meg, mindeközben hogy érzi magát. Ha igaznak csengenek, akkor jó úton jár. Ha egyik-másik hamisnak tűnik, akkor tudni fogja, min kell még dolgoznia.

1. Büszke vagyok magamra.

Mindegy, hogy ki mit mond vagy gondol, a nap végén egyetlen kép néz majd vissza a tükörből: a sajátja. Azok az emberek, akik büszkék magukra, általában szenvedéllyel élnek az életüket, végzik a munkájukat, és jó a környezetükben lenni. A büszkeség nem a dicsekvésről szól, hanem arról, hogy pozitívan értékelje magát.

2. Fontos, amit teszek, hasznomat látja a világ.

Azzal, amit lelkesen tesz – akkor, ha kihasználja adottságait és tehetségét –, a világ javát szolgálja. Ha mással jól tesz, saját magával is jól tett. Vállalja az erőfeszítést, hogy a világból értékesebb helyet csináljon, dolgozzon azon, hogy másoknak boldogságot adjon vagy enyhítse a szenvedésüket.

3. Boldog és hálás vagyok.

A boldogság nagyrészt azon múlik, hogyan gondol a világra és a saját életére. Az a képzeletbeli szemüveg, amelyen keresztül az életét nézi, meghatározza az érzéseit és alakítja a körülményeit. A hála érzése mindig boldoggá tesz.

4. Mindent megteszek, hogy a legjobbat adjam magamból.

Judy Garland, az Őz Dorkája mondta egyszer: „Mindig légy saját magad első osztályú vál-

Jó úton jársz



Szalay Ádám feleségével, Szilviával három kislányt nevel. A szülőket a gyerekek tanítják azokra a bölcsességekre, amelyekről felnőttként gyakran megfélekezünk.



A tettek nélkül a cél csak álmódózás. A tettek jelentik a hidat a cél és az eredmény között.

tozata ahelyett, hogy valaki más másodosztályú változata lennén.” Élje meg az állítás igazát. Gondolja végig, hogyan hozhatja ki a legtöbbet mindabból, ami megadatott, aztán kezdjen el azon dolgozni, hogy első osztályú változata lehessen saját magának.

5. Őszinte vagyok magamhoz.

Szánjon rá időt, hogy végiggondolja, mi az, ami már most rendben van az életében, és mi az, amin változtatnia kellene. Őszintén vessen számat azzal, hogy mit szeretne elérni, és milyenné akar válni. Szigorú, kíméletlen őszinteségre van szüksége ahhoz, hogy megértse, miért tart ott, ahol most tart.

6. Megbecsülöm az időmet.

Az idő élete legértékesebb forrása. Minden nap teremtsen időt arra, ami igazán fontos. Sokan majdhogynem kívülállóként ülnek az élet nagy várótermében, és reménykednek, hogy az életük végre elkezdődik. Ne várjon tovább arra, hogy tizenkét gerle kereszt alakban repüljön át a feje fölött. Élje meg a pillanatokat, vegye észre az apró örömeit, vegye magát körül értékes emberekkel, tűzzön ki célokat és dolgozzon a megvalósításukon.

7. A szívemre hallgatok és követem a megérzéseimet.

Ne engedjen a problémái nyomásának, hagyja, hogy az álmai vezessék. Hozzon döntéseket és cselekedjen azoknak megfelelően. Fogadja el, hogy hibákat fog elkövetni. Még ha ezerszer bukik is bele, legalább nem kell majd azon töprengenie, mi lett volna, ha...

Ha valamelyik állítás egyáltalán nem igaz most az életére, akkor kezdje el megerősítésként használni! Ismétlje el naponta többször is, akár heteken keresztül. (Még többet megtudhat a módszerről a sikerkod.hu honlapon.)

Mesteri variációk a konyha mestereitől

Ahogy egyre több töklámpás ríogatja halloween ürügyén a szellemeket, úgy egyre inkább kerül a tányérokba is ez az aransárga zöldség. Míg régebben a legnagyobb fogyasztói a bábik voltak – mivel könnyen emészthető –, ma már az éttermek szezonális ajánlatában is az egyik őszi kedvenc.



Jamie Oliver: Sült tök olaszosan

Jamie előételnek ajánlja az olasz, mégis angol ízekre is hajazó ételt: „A közepes nagyságú kanadai bébitököt félbevágom, kiszedem a magját. A fél darabokat negyedelelem. Három pici peperoncínót (olasz erős paprika) szétmorzsolok, sóval, borssal, zsályával összekeverem és 2-3 evőkanál olíva-

olajat öntök hozzá. Egy fahéjrudat feldarabolok és ezt is hozzáadom. Kibélelek egy tepsit, a magokat rászórom a tepsire. Megkenem a tökszeleteket és előmelegítem, 180 fokban 40 percig letakarva és még fél óráig önmagában sütöm, addig, amíg jól át-sül. Evés előtt a fahéjdarabokat és az észrevehető paprikadarabokat leszedem róla.”

Mautner Zsófia: Süttőtökrémleves

Mautner Zsófia az ország egyik legnépszerűbb gasztroblogger, a Chili&Vaníliának szerzője. Az egyik kedvenc hozzávalója ilyenkor ősszel a süttőtök: „Bármilyen formában jöhet, nagyon egészséges. Nagyon változatosan készíthető el, kezdve a hagyományos és ismert süttőtökrémlevestől a különböző fűszerezésű sült köretek át a számunkra egzotikusnak hangzó kókusztejes süttőtök-currykig, nem beszélve a süttőtökös pitéről (pumpkin pie), ami az amerikaiak egyik hagyományos süti. Az Egyesült Államokban egyébként is nagy hagyománya van a süttőtöknek, persze egy csomó ételt jellemzően nem a friss zöldségből, hanem konzerv süttőtökpüréből csinálnak.”

A süttőtökből készített, talán legkedveltebb étel a krémleves: „190 Celsius-fokon 45-50 perc alatt puhára sütöm az egykilós süttőtöket. Félbe vágom, kikaparom a magját és így teszem be a süttőbe, nem kell a darabolásával,



pucolásával bajlódni. Óriási a különbség, hogy sült vagy főtt állapotban használjuk a tököt, főzve ugyan sokkal gyorsabban készen van, viszont a sütés által sokkal koncentráltabb, intenzívebb, édesebb lesz az íze. Amíg sül, kevés vajon puhára párolom a felaprított közepes fej hagymát a kakukkfűvel. Egyszerre teszem a vajat és a hagymát a lábosba, nem amikor már forró a vaj, különben nagyon hamar megég. Amikor már megpuhult és átlátszó, ráteszek 2-3 evőkanál mézet és kicsit karamelizálom. Felöntöm 1,2 liter alaplével, amibe beleteszem a meghámozott, kockára vágott nagyobb krumplit, egy almát és közepes lángon puhára főzöm. Amikor már puha a krumpli, a levesbe teszem a sült tök kikapart húsát. Botmixerrel krémesre pürésítem – csak ekkor ízesítem a fél narancs levével, sóval, borssal, frissen reszelt szerecsendióval, majd az egészet lágyítom 1-1,5 dl tejszínnel. Pírtott tökmaggal és tökmagolajjal tálalom.”

Nigella Lawson: Süttőtökös-fetás saláta

A brit szakácskönyvírók legifjabb nemzedékének egyik legjobb és legismertebb képviselője, Nigella Lawson kiváló háziasszony. A Spektrum csatornán megismert receptek között természetesen süttőtökösét is találtunk. A süttőtökös-radicchiós-fetás saláta bátor kombináció, ez elnevezés megtévesztő, mert laktató ételről van szó, ami az ebédet is kiválthatja. „A süttőtöket 200 fokban 35 perc alatt puhára sütöm. A süttőtök édes ízéhez jól jön valami sós íz, a fetával tökéletesen működik. Hús deka fetát felvágok háromszögekre. Az édes és sós ízek mellé jól illik a radicchio tompa, kesernyés íze. Nem kell erőteljesen keverni, inkább csak összerendezgetem a tálban. Megszórom tíz deka szárazon pirított, gyantás aromájú fenyőmaggal. Az utolsó hozzávaló az öntet: fél fej lilahagymát vékony szeletekre vágok és zöld citrom levében pácolom. A lime leve barnára változtatja a lilahagymát és kiveszi agresszív ízét. Megszórom vele a salátát, ráöntöm a lé felét. A maradékba fél teáskanál tökmagolajat és két evőkanál étolajat teszek, összekeverem és meglocsolom a salátát. Hűtőbe teszem, hogy összeérjenek az ízek.”



Segal Viktor: Csillagánizsos körte-süttőtök kompót

A kifinomult egyszerűségben hisz Segal Viktor séf. Nem híve a túlbonyolított ételeknek, szereti, ha egy domináns íz és némi kreativitás határozza meg az étel karakterét. Szívesen használ egzotikus fűszereket, mint például ebben a receptjében is a csillagánizst: „Két deci vízben felforralunk fél liter almalevet, 5 dkg cukrot, 2 evőkanál mézet, fél zöld citrom levét, fél vaníliarúd kikapart magját, egy szegfűszeget, reszelt friss gyömbért, 2 csillagánizst és néhány szem borsot. Felforraljuk, és mikor a felére sűrűsödött, kockára vágott süttőtöket teszünk hozzá és tíz perc alatt puhára főzzük. Lehúzzuk a tűzhelyről, és a süttőtökkel megegyező mennyiségű, kockára vágott körtét teszünk hozzá, majd hűlni hagyjuk. Pohárban tálaljuk a csillagánizzsal és a vaníliarúddal.”

Tudta?

Valami Amerika



Akárcsak a paprika és a paradicsom, a süttőtök is az Újvilágból indult hódító útjára, pontosabban Közép- és Dél-Amerikából: az indiánok kedvelt eledele volt. Sok száz éve Európába ismert és kedvelt zöldség. Hazánkban is nagyon régóta termelik, általában a kukoricásban volt a helye.

Gyógyulni is lehet vele

A népi gyógyászatban máj-, vesebetegségek esetén alkalmazták, jótékony hatással van a szív-működési zavarokra, kiváló hashajtó és bél-tisztító, égési sérülések gyógyítására borogatásként használták, de a magja állítólag még a köszvényt is csökkenti. A süttőtök a megfázásos betegségek hatékony ellenszere: tüdőgyulladás, felfázás, légúti megbetegedések, köhögés esetén hasznos. Erősíti az immunrendszert és rákmegelőző hatású. Allergia és bőrbpanaszok ellen is javallott.

Egy csillag fénye kihúny

SZERZŐ: HEGEDÜS PÉTER

FOTÓ: ILLUSZTRÁCIÓ

Harminc évvel ezelőtt egy gyönyörű őszi napon Grace Kelly, a kicsiny hegyvidéki monarchia, Monaco hercegnője gyanútlanul szállt be méregdrága Roverjébe, hogy lánya társaságában hazainduljon a serpentinekkel teli úton. Az egykori hollywoodi filmsztár valószínűleg nem sejtette, hogy ez lesz élete utolsó napja.

Álmodj, királylány!

1956-ban a sajtó és a filmipar az évszázad esküvőjeként tálalta a monacói III. Rainier herceg – egy középkori kalózdinasztia leszármazottja – és a szépséges színésznő, Grace Kelly egybekelését. A helyszínen mintegy 2.000 riporter és fényképész szállt harcba egymással a bravúros fotókért és különleges pletykákért – mindhiába. A Metro-Goldwyn-Mayer stúdió elképesztően nagy összegért már megszerezte a forgatás kizárólagos jogát. Az eseményt milliók követték nyomon a képernyőn, míg az európai arisztokrácia krémjét személyesen hívták meg a nagy eseményre.

Április 18-án a hollywoodi színésznő a USS Constitution hadihajó fedélzetén érkezett a pompásan feldíszített kikötőbe, miközben egy pompás hidroplánról 50.000 vörös és fehér szegfű záporozott rá. Rainier maga tervezte menyegzői öltözkét Napóleon tábornoki uniformisának mintájára, rendjelekkel, aranylevelekkel, struccotollakkal felékesítve. Grace 260 méter brüsszeli selyem és csipke felhasználásával készült, hófehér ruhakölteményben ragyogott, fátylát több ezer igazgyöngy díszítette. Az ünnepi hangulatot még az sem tudta elrontani, hogy a boldogító igen kimondása után az újdonsült hercegné filmjeit tilos volt vetíteni a miniállamban. Elvégre mégsem lehet valaki egyszerre az uralkodó felesége és hollywoodi színésznőcske egy személyben! Ráadásul az esküvő előtt egy nappal aláírták vele, miszerint bármelyikük hibájából is bomlik fel a házasság, férje kapja majd meg a gyermekek felügyeletét.

Hitchcock kedvenc színésznője

Grace Kelly 1929-ben Philadelphiában látta meg a napvilágot. Ír származású milliomos edesapja ifjúkorában három olimpiai aranyérmet is nyert evezésben. Magas, szőke kislánya azonban hollywoodi babérokra vágyott, noha a katolikus familia határozottan rosszalotta ezen ambícióit. Rövid modellkedés után azonban a jéghideg szépség a csak rá jellemző klasszikus eleganciájának köszönhetően megkapta első filmszerepét, majd a Délidővel valóssággal berobant a sztárok közé. Alfred Hitchcock három művében is főhősnőnek választotta. A Gyilkosság telefonhívásra, a Hátsó ablak és a Fogjunk tolvajt! című thrillerekben egyaránt fürödhetett a sikerben. A Vidéki lányban nyújtott alakításával pedig kiérdemelte az Oscar-díjat. A gyönyörű Grace lábai előtt férfiak

tucatjai heverték. Rövidebb-hosszabb viszonyt folytatott a szívtipró Clark Gable-lal, Gary Cooperrel, Cary Granttel, Bing Crosbyval és a divatcészár Oleg Cassinivel is. William Holden még öngyilkosságot is megkísérelt miatta. Karrierje érdekében egy alkalommal abortuszon is átesett, amit szigorúan titokban tartott. Végül sokak számára váratlanul fogadta el a monacói herceg házassági ajánlatát 1956-ban, és vette fel a Gracia Patricia nevet.



Hogyan dobjuk fel országunkat?

Amikor III. Rainier megörökölte a monacói trónt, egy elszegényedett, szürke, unalmas miniállam uralkodója lett. Barátja, a görög hajómágnás, Arisztotelész Onassis – számtalan kaszinó és hotel tulajdonosa – az idegenforgalom fellendítése érdekében azt javasolta neki, hogy vegyen feleségül egy híres amerikai színésznőt. Először Marilyn Monroe neve merült fel, de a szőke ciklont túl primitívnek találták. Később másokat is töröltek a listáról. Végül a választás a szédtőn csinos és katolikus Grace Kellyre esett. Néhány üzenetváltás után Rainier papjával és udvari orvosával már Amerikában „vizitált”, s néhány nap után nyélbe is ütötték az eljegyzést.

A hideg racionalitás alapján megkötött házasság a három gyermek születése ellenére korán megromlott. Amikor Hitchcock 1962-ben felkérte, hogy le-

A megkeseredett asszony egyre több időt töltött Párizsban. Rajongott a művészetekért, bohém társaság vette körül, imádott a bálokon pompázni, pezsgőzni, kaviárt majszolni. A legnagyobb titokban találkozgatott régi és új szerelmeivel, míg férje az udvarhölgyek karjaiban keresett vigaszt. Utolsó éveiben a kissé elhízott Grace depresszióba esett, magas vérnyomás, fáradékonyság kínoztta, ráadásul gyakran törtek rá migrénrohamok.

Halálos szerpentin

Rosszullétei ellenére 1982. szeptember 13-án a csalódott asszony maga vezette Roverjét, amellyel kisebbik lányát, a 17 éves Stéphanie-t fuvarozta. A napfényes időben óvatosan ereszkedett alá a kanyargós monacói hegyi úton, ám egy hajtűkanyarban elveszítette uralmát a kormány felett, és bár kétségbeesetten próbált fékezni, de véletlenül a gázba taposott.

Az autó átbucskázott a korláton, oldalra fordulva 40 métert repült, majd egy fa koronájában landolt. A hercegné, akinek nem volt becsatolva a biztonsági öve, beverte a fejét és átesett a hátsó ülésre. Azonnal kómába zuhant.

Stéphanie, a későbbi botrányhőső is eszméletét veszítette, lába a kesztyűtartó alá szorult. Magához térve vérző fejjel kászálódott ki a roncsból. Súlyos gerincsérüléséből felépült ugyan, ám örökre önmagát okolta édesanyja halála miatt. Sokan ezért arra gyanakodtak, hogy Grace átadta neki a kormányt, emiatt következett be a katasztrófa. Mások szerint a hercegnő kilátástalan helyzete elől öngyilkosságban keresett menedéket. A hercegné mindennap tanulmányozta horoszkópját, konzultált asztrológusával, ám annak nyomatékos figyelmeztetése ellenére is autóbá szállt a drámai napon. Holttestét nyitott koporsóban tették közszemlére, ezek vettek tőle végső búcsút, szobrot emeltek a tiszteletére.

Népszerűségére jellemző, hogy egy év múlva gyóntatója kezdeményezte a boldoggá avatását. A sors furcsa fintora lenne, ha az az asszony, aki életében hiába kereste a tovaröppenő boldogságot, halála után nyerné el.

A színésznő halálának körülményei máig tisztázatlanok

gyen Sean Connery partnere a Marnie-ban, Grace lelkesen elfogadta a felkínált szerepet. A monacóiak azonban ezt árulásnak ítélték, férje pedig megtiltotta neki a visszatérést a filmiparba. A hercegi pár a gyermeknevelésben is ellentétes elveket vallott. A szigorú anya még azt sem engedte meg lányainak, hogy kétreszes fürdőruhát viseljenek.



SUDOKU

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

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

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

[illegible]

Megfejtések

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

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

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

Természetvédelem-óra

SZERZŐ: NAGY CSABA
FOTÓ: MARCALI GÁBOR

A győri Speciális Szakiskolába sajátos nevelési igényű tanulók járnak. A Speciális Szakiskola a 2011–12-es tanévtől büszkén viselheti az Ökoiskola címet. Ennek megfelelően az idei tanévben újfent megrendezték nagy sikerű Egészségkép program sorozatát, melynek keretében gyümölcs- és teanapot tartottak, sokmagvas süteményt készítettek, továbbá egészséges sportnapot szerveztek. Pódiumbeszélgetéseket folytattak Hornyák Ágnes és Boczkó Balázs sportolókkal, miközben belekóstolhattak a lovaglás örömeibe is. Rendkívüli, interaktív

az interaktív foglalkozáson kétszáz lelkes tanuló vett részt. A tanórán a fiatalok megismerték a hulladékok fajtáit, melynek során nagyobb részletességgel az egyre jelentősebb mennyiségben összegyűlt csomagolóanyagokról, így a műanyag, a papír-, az üveg- és a fémhulladékokról volt szó. Különösen érdekes beszélgetés alakult ki a vásárlási szokásokról. Az előadáson jó volt látni, hogy a gyermekek már megfelelően ismerik a szelektív gyűjtőszigeteket, illetve hogy közülük már többen hulladékudvarban is jártak. Ezúttal a tanórán betekintést nyerhettek a műanyag és a papírhulladékok újrahasznosításának folyamatába is, melynek végén jó néhány, a mindennapi



egészségnevelési, valamint környezetvédelmi órán a diákok előadást hallhattak az egészséges életmódról, valamint a szelektív hulladékgyűjtés szükségességéről.

Az utóbbi témához kapcsolódóan a GYŐR-SZOL Zrt. nemrég természetvédelem-órát tartott az intézményben,

élet során gyakran használt, újrahasznosított anyagból készített terméket is kézbe vehettek. A tanórán volt környezetvédelmi játék is, melynek során többek között az egyes hulladékok elbomlási idejéről és az újrahasznosítás módjairól tudhattak meg további érdekességeket a diákok.

Közérdekű információk

A GYŐR-SZOL Zrt. Jókai úti ügyfélszolgálati irodája október 27-én 8 és 12 óra között lesz nyitva. A pénztár fél órával hamarabb zár. A 96/50-50-50-es számon hívható telefonos ügyfélszolgálat 8 és 12 óra között fogadja az érdeklődők hívásait.

Hiba- és kárbejelentés, szolgáltatási hibabejelentő érhető el a 96/50-50-55-ös számon, amely 6 és 22 óra között hívható.

A hulladékudvarok a megszokott, rendszeres nyitva tartás szerint üzemelnek. A nyitva tartás a www.gyorszol.hu weboldalon megtalálható. A lakossági hulladékszállítás október 27-én változatlanul működik.

A Jókai úti és Révai parkolóház a hétköznapi érvényes díjszabással üze-

mel. Utcai fizető parkolás esetén az I. és a II. parkolási övezetben szombati nap szerint 8 és 14 óra között tart a díjfizetési kötelezettség. A III. parkolási övezetben a parkolás díjmentes.

A győri vásárcsarnok 6 és 13 óra között lesz nyitva. A virágpiacon 6 és 13 óra között működik az árusítás. A városréti piacon 6 és 13 óra között lesz árusítás. A Magyar Vilmos uszoda október 27-én a szombati nyitva tartás szerint látogatható, a Barátság Sportpark a szombati nyitva tartás szerint vehető igénybe.

A GYŐR-SZOL Zrt. üzemeltetésében lévő szabadhegyi, nádorvárosi, révfalui, újvárosi, Sugár úti, Templom úti, Malomsori és a Koroncói úti köztemetők 7 és 20 óra között látogathatóak.



KÉP ÉS SZÖVEG: PANNON-VÍZ

Közeleg a tél, ideje ismét házi vízellátó hálózatunk védelmére gondolni. Ha nem vigyázunk, kár ér minket: az elfagyott mérő pótlásának költségei és az elfolyt víz díja.

A téli időszakra magára hagyott nyaralóban, hétvégi házban számos óvintézkedést kell tenni. Ezek közül az egyik legfontosabb a fagy elleni védelem, a víztelenítés, a hálózat, a mérő és az akna gondos felkészítése a hideg napokra. Jó tudni, hogy a közműves ivóvízellátásról és szennyvízelvezetésről szóló kormányrendelet a fogyasztót teszi felelőssé a vízmérő fagy elleni védelméért.

A télen lakatlan ingatlanok víztelenítésekor az aknában lévő víztelenítő csonton keresztül folyassuk ki a belső hálózatról a vizet. A csónaknak a fagyhatár alatti vezetékszaka- szon, a belső hálózat legmélyebb pontján kell elhelyezkednie. Akinél nem így van, feltétlenül forduljon szakemberhez.

Ne felejtsük el a vécéartály kiürítését, s azt, hogy a fagyveszély a bűzelzáró csőszakaszokban lévő

vízdukat is érinti. Leszerelhetjük ezeket, kipumpálhatjuk belőlük a vizet, esetleg fagyálló, fertőtlenítő hatású folyadékot tölthetünk a bűzelzárókba. Legyünk gondosak, a fűtetlen ház vezetékeiben, mérőiben sehol ne maradjon víz, amelynek fagyáskor megnő a térfogata, szétfeszítve a vízcsöveket, kettéropantva a vízórat.

Az aknában lévő vízmérőt akkor is érdemes valamilyen nedvtszívó szigetelőanyaggal beborítani, felöltöztetni, ha úgy gondoljuk, elég mélyen helyezkedik el. A célnak megfelelő egy többrétegűre hajtogatott építési fólia, vagy bármilyen más, nem nedvszívó anyag. Ha a szigetelő át- nedvesedik, nem ér semmit, átengedi a hideget. Tavalyi fotónk arról tanúskodik, nem elég az órára dobni egy télikabátot. Használjunk olyan szigetelőanyagot, amelyik nem nedvesedik át!

Érdemes az aknát felül is gondosan szigetelni. Jó szolgálatot tehet egy darab 4-5 centiméter vastagságú hőszigetelő hungarocell lap. Ezt vágjuk pontosan akkora méretűre, amekkora az akna fedőlapja. Alulról rögzítsük hozzá. Ha gondosan szigetelünk, nem érhet bennünket meglepetés tavasszal.

Tizenegy, részben vagy teljesen kiszáradt nemes nyárfát vágtak ki pénteken Győrben a Tóth László utca Sportcsarnok és régi Mártírok útja közötti szakas- szán. A kiszáradt fák túl közel voltak az úthoz, az esetlegesen leszakadó ágak balesetveszélyt jelentettek a közlekedésben résztvevőkre. Az elszáradt fák pótlásáról a GYŐR-SZOL Zrt. gondoskodik, ennek keretében Győr-Gyárvárosban tizenegy darab, sorfa méretű gömbju- harfát fognak ültetni.

Fakivágás



ÁLLÁS

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

EGYÉB

Őszi akció! Költöztetés, bútorszállítás városon belül: 2.500 Ft/fuvar! 30/529-7589

COFIDIS gyorshitel

48 órán belül (max. 800 e Ft), **ÚJ SZOCPOL**, támogatott lakáshitel. Tel.: 20/951-0235

Készpénzért antik bútort, festményeket, Herendi és Zsolnay-porcelánt, ezüsttárgyakat, könyveket, régi fali- és asztali órákat, dísztárgyakat, teljes hagyatékot vásárolunk. Tel.: 70/640-5101.

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

Ledvicei diószén, cser-, akácfa szállítása mázsajeggyel! Tel.: 20/455-2233. Költöztetés ponyvás autóval. Tel.: 30/9057-819.

Lomtalanítás! Vállalunk minden típusú lomtalanítást igény sze-

rint rakodókkal, teljes körű elszállítással, akár díjmentesen, hétfőig is. Tel.: 20/944-6667.

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

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

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

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

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

ELADÓ

Eladó Nissan Almera gépkocsira egyszerű állapotban tetőcsomagtartó. 96/826-316.

Eladó egyszerű állapotban CEREGE-E jadekőves thermo akupresszúrás masszázsa családok miatt! 96/826-316

INGATLAN

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



Csén 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.

Győrszentiván-Kertvárosban, Auditól 5 km-re telítettségű, 23 m²-es nyaraló eladó. Irányár: 3.200.000 Ft. Érd.: 30/267-2201.

ÜZLET

Győr, Török I. u. 36. szám alatt 100 m²-es üzlethelyiség kereskedelmi, szolgáltatói tevékenységre vagy irodának hosszú távra kiadó. Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

Győr, Lajta u. 1-3. szám alatt 69 m²-es üzlethelyiség kereskedelmi, szolgáltatói tevékenységre vagy irodának, esetleg raktározásra hosszú távra kiadó. Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

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

KERES

Kiadó garázst vagy üzlethelyiséget keresek Nádor utca vagy Nádorváros elején. 06-30/650-0161.

LAKÁSCSERE

Belvárosi, 3 szobás, 130 m²-es, gázfűtéses, határozatlan bérleti szerződéses lakást cserélné 3 szobás, 70 m²-es, belvárosi vagy révfalu, egyedi gázfűtéses, határozatlan bérleti szerződéses lakásra (hirdetési szám: 201). Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

Belvárosi, 1 szobás, 42 m²-es, gázfűtéses, határozott bérleti szerződéses lakást cserélné elsősorban marcalvárosi vagy nádorvárosi, illetve adyvárosi, 1 szobás, kisebb alapterületű bérleményre (hird. szám: 202). Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

Belvárosi, 2 szobás, 57 m²-es, komfortos, határozatlan bérleti szerződéses lakást cserélné 2 szobás, 55-60 m²-es, határozatlan bérleti szerződéses lakásra, Sziget, Újváros kivételével (hirdetési szám: 204). Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

Újvárosi, 1 szobás, 27 m²-es, tusolós, gázfűtéses, határozott bérleti szerződéses lakást cserélné 2-3 szobás, 55-65 m²-es, nádorvárosi, ady-

városi, József Attila-lakótelepi, szabadshegyi vagy marcalvárosi lakásra (hirdetési szám: 205). Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

Gyárvárosi, 2 szobás, 54 m²-es, gázfűtéses, határozatlan bérleti szerződéses lakást cserélné 1 szobás, győri bérleményre (hirdetési szám: 200). Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

Belvárosi, 1 szobás, 29 m²-es, gázfűtéses, határozott bérleti szerződéses, felújított lakást cserélné 1+1/2 szobás, gázfűtéses győri bérleményre, Újváros kivételével (hird. szám: 304). Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

József Attila-lakótelepi, 2 szobás, 49 m²-es, távfűtéses, határozatlan bérleti szerződéses, felújított lakást cserélné 1+1/2 szobás, 36-43 m²-es, határozatlan bérleti szerződéses, nádorvárosi, adyvárosi vagy marcalvárosi bérleményre – értékkülönbözetel (hirdetési szám: 305). Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

Belvárosi, 2 szobás, 50 m²-es, gázfűtéses, határozott bérleti szerződéses, csendes helyen lévő lakást cserélné 1+2 fél, 2,5 vagy 3 szobás, erkélyes, marcalvárosi vagy ménfőcsanakai bérleményre (hirdetési szám: 307). Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

József Attila-lakótelepi, 2 szobás, 49 m²-es, távfűtéses, határozatlan bérleti szerződéses lakást cserélné hasonló vagy picivel kisebb, határozatlan bérleti szerződéses bérleményre Belváros, Nádorváros, esetleg Gyár-

város területére (hird. szám: 308). Érd.: GYŐR-SZOL Zrt., 96/511-420.

SZOLGÁLTATÁS

Beton- és téglafala tárgyak felfúrása, rögzítése és mindennemű villanyszerelés. Érdeklődni: 06-30/314-3370.

Jóslás kártyából és tenyérből Győrben! 3.500 Ft. 06-30/384-3671

Izomsorvadást, benu-lást, isiászt, porckorongsérvet gyógykezel-lek. Samodai Péter gyógymasszőr, 30/7543-114, www.egeszsegovo.hu

OKTATÁS

Klasszikus gitár oktatása az alapoktól, Győrben. Jelentkezés és info: 30/594-2285 Honlap: www.gitaroktataskewk.hu

ÉPÍTŐANYAG

NÁLUNK OLCSÓBB!

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

EGY-HÁZI-AS VENDÉGLŐ MARCAL ÉTTEREM MINDENSZENTEKI AJÁNLATA NOVEMBER 1-2-3-4 (csütörtök-vasárnap)

„A” Extra menü:
Májgombóclevés vagy húsvétes tésztával
2 személyes Marcal-tál
Saláta
Desszert
Ára: 5.400 Ft/2 fő helyett **3.600 Ft/2 fő**

„B” Extra menü:
Májgombóclevés vagy húsvétes tésztával
Gordon csirkemell
Sült karaj pecsenyekacsamájjal
Vegyes köret, saláta, desszert
Ára: 2.600 Ft/fő helyett **1.500 Ft/fő**

Továbbá 3-4 féle levessel és 6-8 féle menüvel várjuk Kedves Vendégeinket!

Üdülési csekket és 3 fajta SZÉP-kártyát elfogadunk!
Győr, Déry Tibor u. 11/a • Tel.: 96/431-330
www.marcal-ettem.hu • www.marcal-vendeglo.hu

ELADÓ

egy '60-as években épült, felújítandó családi ház 1400 m² telken. A ház Győr-Likócson található, a Török utcában, közvetlenül a töltés mellett. Csendes, nyugodt környezetben.

Ár: 15 millió forint

Érd.: gymt74@gmail.com Tel.: 06-30/936-2517

ELADÓ BÉRLETI JOG!

ÁR: 4 MILLIÓ FT

Az üzemeltetési jog teljes berendezéssel (4 db professzionális szoláriumgép, számítógépes rendszerrel, fodrászpultokkal, egyedi bútorokkal és dekorációval eladó.

Tel.: **06-30/9362-517**

www.kormany-borzes.hu

KORMÁNYBŐRÖZÉS SZEMÉLY- és TEHERAUTÓRA

Telefonszám: **70/942-8045**

BOOGIE-WOOGIE EST
november 9-én, 19 órától

Vendég: **Mr Firehand, azaz Dániel Balázs és zenekara**

Belépődíj vacsorával és borkóstolóval **7.900 Ft**

Foglalja le asztalát most, nehogy lemaradjon!
Töltsön el egy kellemes estét nálunk!

www.amstelhattyu.hu

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

„EHETI” AKCIÓ
Vegyes praliné **699 Ft/kg**

Happy Choco Édesség Diszkont Győr, Híd u. 3.

Az akció 2012. 10. 26-2012. 11. 02-ig érvényes. Amíg a készlet tart! A kupon 1 kg termék megvásárlására jogosít! A kedvezmények nem összevonhatók!

Vegyes küllemhibás Bonbonetti termékek ömlesztve csomagolás nélkül! Cherry Queen vegyes desszert, szaloncukor, mártott és töltött táblákés szeletek, dunakavics francia drázsé, csokis drázsék, Tíbi rágó, étcsoki bevonó! Nálunk akár 5 Ft-ért is vásárolhat!

Súlyos kérdés:

Várólista az orvosi vizsgálatra



Tudunk jobbat!

30/736-7124 www.e-agentura.hu

Olimpikont előzött a győri kenus

SZERZŐ: LAKNER GÁBOR

FOTÓ: MARCALI GÁBOR

A Graboplast Győri VSE kenus, Nagy Péter bizonyult a legjobbnak az MKB ranglistaversenyében, amely a versenyzők egész éves teljesítményét figyelembe veszi a végeredmény kiszámításakor. Ugyan a versenyszezon még csak most ért véget, a kenusport egyik legnagyobb ígéretként számon tartott tehetség már elkezdett készülni a következő idényre.

A közelmúltban ünnepélyes kerekék között hirdették ki a kajak-kenus MKB-ranglistaverseny végeredményét. A Graboplast Győri VSE versenyzői közül két kenus, a felnőtteknél Nagy Péter, az ifjúságiaknál pedig Khaut Kristóf vehetett át díjat, miután mindketten a ranglista első helyét szereztek meg. Az MKB-ranglistát a hazai válogatóversenyeken és a magyar bajnokságban, valamint a gyorsasági világversenyeken elért helyezések, szerzett pontok alapján állították össze, ezzel részletesen megmutatva a versenyzők egész éves teljesítményét. Nagy Péter szeptemberben második lett egyesben a maratoni világbajnokságon, a felnőtt gyorsasági Európa-bajnokságban párosban 1000 és 200 méteren is hatodik helyezést ért el. A felnőtt magyar bajnokságban több versenyszámban is dobogón végzett egyes és páros hajóegységekben.

– Ez mindenképpen egy pozitív visszacsatolás az

egész éves teljesítménnyel kapcsolatban, bár amit terveztem, nem jött össze, hiszen lemaradtam a londoni olimpiáról. Így is több jó helyezést sikerült begyűjtenem, ez részben annak is köszönhető, hogy sok számban álltam rajthoz. A ranglistán az olimpiai résztvevő Vajda Attilát sike-

rült megelőzőm, ami önmagában egy komoly eredmény. Örülök, hogy egy ilyen objektív rendszerben az élen sikerült végezni, sok sikerélmény ért idén, de még tovább kell javulnom – összegezte a 2012-es évet Nagy Péter, akit korábban az ifjúságiak és a felnőttek között is megválasztottak a megye legjobb sportolójának. A Győri kenus kitért az olimpiával kapcsolatos csalódására is, amely további erőbedobásra sarkallja.

– A sikertelen kvalifikáció fő tanulsága az volt, hogy még többet kell készülnöm, és még elhivatottabban kell dolgoznom. Az mindenképpen látszott, hogy közel van az olimpiai szint, és kevés dolog hiányzik ahhoz, hogy ott legyek a szó szoros értelmében vett élvonal-

ban. Az igazi nagy áttörés hiányzik még, mint például egy síkvízi világbajnoki érem. Kis lépésekkel kell tovább haladnom, a következő célom a jövő évi világbajnoki részvétel, lehetőleg minél több számban – fogalmazott Nagy Péter, aki a Graboplast Győri VSE szezonzáróját követően sem állt le a munkával, és a héten a Bakonyban vett részt futóedzőtáborban.

A műszaki egyetemen végzős győri kenus olimpiai számokban sokáig Széles Gáborral alkotott egy párt, tavaly azonban váltott, és Sáfrán Mátyással evezett egy hajóban. Sprinttávokon továbbra is győri klubtársával, Lantos Ádámmal versenyez közösen.

– Terveim szerint jövőre is Sáfrán Mátyással folytatom, komoly fejlődési lehetőséget látok a párosunkban. Tavaly kevés időt, mindössze három hónapot készültünk együtt, ha többet dolgozunk közösen, akkor az meglátszik majd a teljesítményünkön is. Karakteres személyiségnek tartom magam, általában szeretem, ha úgy sikerülnek a dolgok, ahogy én akarom. A párosunkban is én vagyok a vezérevezős, de Matyival képesek vagyunk kompromisszumot kötni, hiszen mindkettőnk célja ugyanaz: szeretnénk világbajnokságot és olimpiát nyerni. Lantos Ádámmal régóta versenyzünk együtt sprinttávokon, vele az Európa-bajnoki és világbajnoki cím elhódítása a célunk. Ugyan amilyenekben közösen indulunk, nem olimpiai számok, mégis közel állnak a szívemhez.

Nagy Péter a síkvízi számok mellett rendszeresen rajthoz áll a maratoni megmérettetéseken is. Ebben a szakágban is szállítja a kiváló eredményeket, hiszen az ifjúságiak között egyesben, a felnőttek között pedig Csabai Edvinnel párosban nyert világbajnoki címet. Mint arról korábban írtunk, a legutóbbi római világbajnokságról ezüstéremmel tért haza.

– Győrtől komoly hagyományai vannak a maratonnak, én pedig alkaltilag alkalmas vagyok a hosszú távú versenyzésre. Egy maratoni felkészülés jó alapot adhat a következő szezonra, jó kiegészítésnek tartom az ilyen versenyeket a síkvízi megmérettetések mellett. A maratónistákra ugyanakkor nem irányul akkora figyelem, mint a síkvízi versenyzőkre, így számomra nem éri meg csak ezzel foglalkozni – fogalmazott a Győrtől élő, és Fazekas Tibor irányításával városunkban is készülő kenus, aki szeretné a lehető legjobb eredményeket elérni mesterével.



Továbbra is hibátlanul a BL-ben

A Győri Audi ETO KC már csütörtökön megérkezett Kolozsvárra, az U Jolidon Cluj elleni Bajnokok Ligája-mérkőzés helyszínére. A csapat a szombati mérkőzés előtt ellátogatott a helyi Báthory István Gimnáziumba is.

– A szurkolóink szeretetét sok esetben a határon túlról is érezzük, rengeteg levelet kapunk erdélyi drukkereinktől. A kolozsvári mérkőzés alkalmával szeretnénk volna ezt viszonzni. Ezért felkerestünk egy helyi magyar iskolát, a tizenkét osztályos Báthory István Gimnáziumot, ahol egy közönségtalálkozó keretében több száz magyar diákkal volt lehetőségünk találkozni. A beszélgetések alapján megerősödött bennünk, hogy a csapatunk sikerei nemcsak határon belül, hanem határon túl is büszkeséget eredményeznek a magyar szurkolóknak, szeretnénk ehhez továbbra is méltók lenni – nyilatkozta Kelecsényi Ernő, a klub elnöke.

– Hihetetlenül jólesik, hogy itt, Kolozsváron is úgy ismernek és szeretnek bennünket, mint otthon – nyilatkozta Görbicz Anita, az Audi ETO csa-

patkapitánya. – Nagyon meghatott a gyerekek kedvessége, akik saját készítésű ajándékokkal leptek meg bennünket. Természetesen meghívtuk őket a mérkőzésre, így kilencven kolozsvári magyar iskolás is erősítette az ETO szurkolótáborát.

A mérkőzésen ők is szebbnél szebb megoldásoknak tapsolhattak, melyeknek köszönhetően az Audi ETO már az első félidőben eldöntötte a mérkőzést. A sziporkázó győriek a szünetben 20–13-ra vezettek, és bár a második félidőre némiképp visszaesett a teljesítményük, győzelmük nem forgott veszélyben. A végeredmény 30–25 lett a zöld-fehérek javára, és mivel a Koprivnica 25–21-re legyőzte a Krim Ljubljanát, egyedül az ETO maradt hibátlan a csoportban. Ambros Martin együttese ezt követően szerdán magabiztosan, 34–20-ra nyert a BSE ellen a magyar bajnokságban. A csapat vasárnap 19.30 órakor Ljubljanában játszik a BL-ben, majd kedden 18 órától a Róth Kálmán irányította, győri kölcsönjátékosokkal teltüzdelt Veszprémhez látogat.



Értékes győzelem a rivális otthonában

A férfi kézilabda NB I/B hatodik fordulójában a SZESE Győr a rivális Tatai AC csarnokában lépett pályára és magabiztos győzelmet aratott. Vendéggóllal indult a találkozó, de a következő tíz percben csak a tataiak szereztek gólt. A győriek kiegyenlítették, de a félidő végére ismét három góllal vezettek a tataiak. A második játékrészben az egyetemiek szívós küzdelemben ledolgozták hátrányukat és átvették a vezetést. Egy vendég-szempontról jól sikerült, 12–2-es szakaszt követően eldőlt a mérkőzés, a győriek végül 28–22-re diadalmaskodtak és továbbra is a táblázat első helyén állnak. Deáki István együttese szombaton 18 órakor a Komlót fogadja az egyetemi csarnokban, majd szerdán 17 órakor az FTC-PLER II vendégeként szerepel.

Teke. A serdülők kitűnő teljesítményének köszönhetően értékes győzelmet aratott a férfi szuperliga 7. fordulójában Répcelakon, az első „hazai” mérkőzésén a GYŐR-SZOL TC. GYŐR-SZOL TC–Köztasok KTK 5:3 (3.474–3.414). Kristián István 575 fa, ifj. Horváth Péter 628 fa, Kázár Tibor 532 fa, Babos Tamás 560 fa, Németh Gábor 563 fa, ifj. Brancsek János 616 fa. Ifjúságiak: GYŐR-SZOL TC–Köztasok KTK 0:4 (964–1141). Szabó Milán 422 fa, Kiss Norbert 547 fa. A női szuperliga hétvégi fordulójában a hazai KÖFÉM SC csapatának győzelme nem forgott veszélyben a visszafogott teljesítményt nyújtó Pannon-Flax SE együttese ellen. KÖFÉM SC–Pannon-Flax SE 7:1 (3.196–3.042). Hósi Ramóna 493 fa, Németh Ildikó 496 fa, Frank Noémi 511 fa, Hegedűs Anita 494 fa, Anduska Beatrix 547 fa, Kovács Réka 501 fa. Ifjúságiak: KÖFÉM SC–Pannon-Flax SE 3:1 (939–857). Hécz Tamara 362 fa, Csizmazia Katalin 495 fa.

Alakul a csapategység



A GYŐR-SZOL–Széchenyi Egyetem csapata idegenben győzött az NB I/B-s férfi kosárlabda-bajnokság legutóbbi fordulójában. A győriek 82–68-ra nyertek a PTE-PEAC vendégeként úgy, hogy a harmadik negyedben valóssággal hengereltek: 19 dobott pontjukra mindössze kettőt engedélyeztek válaszul. Kozma Tamás szakmai igazgató a mérkőzést követően elmondta, remekül teljesített a kezdőötös, és egyre jobban kialakulni látszik a csapategység. Az együttesre két hazai rangadó vár a következő napokban. Vasárnap 18 órakor a hibátlan MTK érkezik az egyetemi csarnokba, amely szerdán 19 órakor megyei rangadó helyszíne lesz, ekkor a soproni SMAFC–NYME látogat Győrbe.

Idegenbeli sikerek

Két bajnoki győzelemmel meglegett az Euroliga csütörtöki, lapzártánk után kezdődő rajtjára a bajnoki címvédő HAT-AGRO UNI Győr női kosárlabdacsapata. A zöld-fehérek előbb a Cegléd otthonában arattak a papírfórmának megfelelően magabiztos, 96–64-es győzelmet, majd Miskolcra utaztak, ahol a Diósgyőr vendégeként alaposan meg kellett izzadniuk a két pontért. Az első negyedet átaludták a vendégek, akik kemény munkával ledolgozták az ekkor összeszedett tizenöt pontos hátrányukat. Az utolsó szakaszban a vezetést is átvették a győriek, akik a végjátékban is higgadtabbak maradtak. Végül a zöld-fehérek 68–60-ra nyertek, és ezzel továbbra is hibátlanok a bajnokságban. Fűzy Ákos együttese a csütörtöki Brno elleni Euroliga-mérkőzés után szombaton 17 órakor Zalaegerszegen vendégszerepel a bajnokságban, majd szerdán 18 órakor Krakkóban lép pályára a legrangosabb európai kupasorozatban.

Győzelem drámai végjátékban

Ugyan még tizenkilenc forduló hátravan a bajnokságból, sokak szerint mégis az év mérkőzését játszotta a Győri ETO FC és az Újpest. Egy biztos, a zöld-fehérek emlékeztető talákozón gyűjtötték be a három pontot, és szilárdították meg vezető helyüket a táblázaton. A vasárnapi kilencven perc elképesztő fordulatokat hozott, végül a hosszabbításban szerzett góllal 3–2-re győzött a kétgólos hátrányból felálló ETO.

Az első félidő taktikai csatája még kevés helyzetet hozott, az utolsó percben azonban emberelőnybe került és tizenegyeshez jutott a győri csapat. Koltai büntetőjét azonban hátrította az újpesti Balajcza, így az első félidőben nem láthatott gólt a szépszájú, közel hatezer fős közönség. Térfélcseré után ráadásul Kabát ravasz szabadrúgásával megszerezte a vezetést a tíz emberrel futballozó vendégcsapat, tíz

perccel később pedig már kétfólos volt a vendégek előnye. A játékvezető szabálytalannak látta Liptákovát a tizenhatoson belül, ezúttal is villant a piros lap, a válogatott hátvéd mehetett zuhanyozni, a vitatható büntetőt pedig Kabát értékesítette.

Innen is volt azonban visszaút, a mindent egy lapra feltéve rohamozó győriek Varga Roland révén szépítettek, majd nyolc perccel a rendes játékidő vége előtt egy ritkán látható öngóllal egyenlítették. Aarab egy teljesen ártalmatlan szituációban rendkívül ügyetlen mozdulattal saját kapujába talált. A közönség tovább üzte a hazaiakat, a győri rohamok pedig a hosszabbításban eredményre vezettek, amikor Dudás szöglete után Kamber fejesét Balajcza már csak a gólvonal mögött tudta megfogni. A lefújást követően boldogan ünnepelet együtt a csapat és a közönség,



még hozzá joggal: ezen az estén mindenki kimagaslóan teljesített. A Győri ETO FC-re vasárnap 18.30 órakor újabb nehéz feladat vár, ekkor a Ferencváros vendégeként játszik a csapat. Ezt követően a zöld-fehérek szerdán 12.30 órakor Bölcskén a Magyar Kupában lépnek pályára.

Az NB II-ben tovább kell várni a Gyirmót első idegenbeli sikerére.

A kék-sárgák győzelmi esélyt szalasztottak el a Kozármisleny otthonában, Csank János együttesének végül be kellett érnie az 1–1-es döntetlennel. Az ETO B hazai pályán 2–1-es vereséget szenvedett a Haladás második csapatától. Szombaton 14.30 órakor ETO B–Paks B, míg vasárnap 17 órakor Gyirmót–Haladás B mérkőzések rendeznek a másodosztályban.



Rába ETO: nekik nyolc

A Grúziából hazatérő Rába ETO hétfő este pótolta a hatodik fordulóban elhalasztott bajnoki mérkőzését a MAFC ellen. A papírforma könnyed hazai győzelmet ígért, a győriek ennek megfelelően gólzáporos sikert arattak. A zöld-fehérek mindkét félidőben négyszer voltak eredményesek, az ő kapujuk pedig érintetlen maradt, így alakult ki a 8–0-as végeredmény. A győriek közül Dróth Zoltán volt leginkább elemében, aki egymaga ötször vette be a vendégek kapuját. Rajta kívül Ramada duplázott, Fabio pedig egyszer talált be a kapuba. A zöld-fehérek, akik ezzel a győzelemmel feljöttek a táblázat második helyére, legközelebb hétfőn 18.15 órakor a Haladás vendégeként Szombathelyen lépnek pályára.

A mérkőzés után a Magvassy VIP-termében jó hangulatú közönségtalálkozón vettek részt a csapat tagjai, akik felelevenítették az UEFA Futsal Cup elitkörének legemlékezetesebb pillanatait. A játékosok élménybeszámolója és a grúziai mérkőzésfotók elemzése után mindenki úgy távozhatott, hogy egy kicsit közelebb került a győri futbalcsaládhoz.

Világbajnoki bronzérem győriekkel a csapatban



A bronzérmes csapat. Veres Zsuzsa – Eta, Herendy Veronika – Zenit, Nagy Veronika csapatkapitány, Ács-Kövesi Ágnes – Eppie, Pirty Árpád – Bruni.

Liberecben rendezték meg a világszerte népszerű kutyás agility sportág világbajnokságát, melyen mini, midi és maxi méretkategóriában szerveztek egyéni és csapat-

versenyt. Minden versenyző jumping és agility futamot vett részt, ezek a pályára felrakott akadályok típusában tértek el egymástól. A magyar midi csapat a jumping futam-

ban harmadik, az agility futamban ötödik lett, így összesítettben világbajnoki bronzérmes lett. A válogatott két győri versenyző, Ács-Kövesi Ágnes és Pirty Árpád is tagja volt.

Zabari győzött az ultramaratonon

Az első négy szakaszon győztes Zabari János nyerte meg kedden a Bécs–Pozsony–Budapest 317 kilométeres ultramaratoni futóversenyt. A váltóversenyben a végső győzelmet a Sashegyi Gepárdok első csapata szerezte meg, ezüstérmes a Sashegyi Gepárdok második csapata lett a Veszprémi Honvédot megelőzve.

Az összetett végeredménye: 1. Zabari János 24:40:12 óra, 2. Bogár János 26:06:49, 3. Belej Bálint 29:04:48. A mezőny szombat délután érkezett Győrbe, majd másnap reggel indult tovább városunkból. Felvételünk az ötnapos megmérettetés vasárnapi rajtján, az ETO Parknál készült.



A halórzés anyagi és erkölcsi érdek

A győri Magyar Vagon és Gépgyár Horgászegyesület ősszel kétnyaras pontyot telepít kezelte vizeibe. A méretes, tehát hazavihető méretű pontyokat a tavaszi halásítás során helyezik ki. A telepítés értéke évről évre öt- és hatmillió forint közé esik. A halórzás aktuális kérdéseiről Samodai Lászlóval, a közel ötszáz taggal rendelkező horgászegyesület elnökével beszélgettünk.

– A halórzás és a halvédelem megszervezése törvényi kötelezettség, ugyanakkor a horgászegyesület anyagi és erkölcsi érdeke is azt kívánja, hogy a jelentős vagyont képviselő betelepített halállományt megőrizzük. Az ellenőrzés nehéz és hálátlan feladat – ismertette Samodai László. – A tagság legnagyobb része, akik a szabályokat betartják, a halórral is készségesen együttműködnek. Ezen sporttársak nem veszik zaklatásnak az ellenőrzést, még akkor sem, ha az adott napon többször megismétlődik. A szabályokat be nem tartók a napi egyszeri kontrollt is problémának gondolják.

A szabálytalanságokra rátérve az elnök kiemelte, a horgászrend megsértése Győrben és az ország egész területén általában nem véletlenül, hanem előre megfontolt szándékkal, tudatosan történik a szabálytalankodók részéről. Előfordul a három bottal történő horgászat, a botok őrizetlenül hagyása, de a halórral találkozónak olyan esettel is, amikor a megtartott zsákmány nem kerül be a fogási naplóba. Az utóbbi szabálysértés természetesen a statisztikák adataira is kihat.

Tennivaló tehát folyamatosan akad. Amit a halórzás érdekében teszünk, az mind a horgászegyesület érdekeit szolgálja – hívta fel a figyelmet Samodai László.

Az őszi megérkezéssel is vannak feladatok a Magyar Vagon és Gépgyár Horgászegyesületnél. Most van napirenden az őszi haltelepítés megszervezése, ezt követően pedig kezdődik a felkészülés a civil szervezet év eleji közgyűlésére. Az egyesület legmagasabb fórumán, a közgyűlésen történekről szintén beszámolunk olvasóinknak.

Három hónap alatt tíz kiló mínusz

SZERZŐ: BORBÉLY ÉVA
FOTÓ: SPEEDFIT

Szeretnék bemutatni valakit, nevezetesen Takács Gábort, aki nyár elején kételkedve érkezett hozzám a Speedfit Fitness- és Szolárium Stúdióba a fogyással kapcsolatban. Annyit róla, hogy 43 éves, 106 kg-os súllyal érkezett, és most 93 kg. Picit megdolgoztattam az izmait és úgy távozott, hogy egyedül folytatja az edzést. Pár nap múlva mégis megkeresett, hogy szeretne velem edzeni, mivel rájött arra, hogy egyedül kezdetben nem megy. Itt nemcsak a kitartás hiányáról van szó, hanem a gyakorlatok helyes végrehajtásáról, a sérülések elkerüléséről, illetve egy megfelelő táplálkozási tervről. A legelején elmondtam neki, ha betartja, amit mondok, megszabadul a felesleges kilóktól. Sajnálatos módon a kor előrehaladtával az izomtö-

meg csökken, ami már eleve magyarázatot ad az anyagcsere lassulására, és egyúttal az elhízás lehetőségére. Pontosan ezért volt fontos Gábornak is na-



ponta többször keveset ennie. Egy hónapig edzettünk együtt, egy héten kétszer súlyokkal, és ezenkívül még két alkalommal kardiózott is. A lelke kötettem, hogy kardio nélkül nem megy, főleg annak, aki tíz éve mozgott utoljára.

Emellett írtam neki egy általános táplálkozási tervet is, hogy mit kellene reggel, délből és este fogyasztania. Ez utóbbi olykor tartalmazott gyümölcsöt is, ugyanis ezeknek zsírégető hatásuk van, illetve a sok citrusféle, amit ajánlottam neki, felgyorsította az anyagcsere-folyamatokat.

Gábor röpke három hónap alatt tíz kilogrammtól szabadult meg, és ezt további siker koronázta.

A jelenlegi edzésterve szerint hente hatszor edz, egy erőnléti tréninget két kardioedzés követ, és ez így megy tovább felváltva. Nem mondott le semmiről, csak a fehér kenyeret mellőzi, minimalizálta az édességbevitelt, és este hat óra után nem eszik semmit. Nagyon büszke vagyok rá, és ezek részéről nem csak szavak, valóban a szívemen viselem a „fogyókúrázó” sorsát. Önmagukat kell legyőzniük ahhoz, hogy végül elérjék a céljukat!

Hawaii vasemberek

Major József, a győri Széchenyi ESE versenyzője ötödik alkalommal részt vett a hawaii ironman-világversenyen, melyet ezúttal a huszonnyolcadik helyen zárt. A 33 éves magyar sportoló a kilencedik helyen állt a világranglistán, és ezzel egyenes ágon kvalifikált a legendás megmérettetésre. A Nagy-szigeten 3,8 km úszás az óceánban, 180 km kerékpározás és 42,2 km futás várt a résztvevőkre a szélsőséges hawaii időjárás közepette. A hétszeres magyar bajnok Major József csatlósaként fogta fel helyezését, és már a november végi arizonai versenyre koncentrált.



Horoszkóp

KOS

Életük az előre eltervezettek alapján történik, megnyugodhatnak végre. Új feladatok várnak önökre a munkában is, ettől kicsit jobb kedvük van. Figyeljenek magánéletükre is, tervezzenek sok romantikus programot.

BIKA

Kicsit mérlegeljük az eddig elvégzetteket, vessenek számot azzal, mit sikerült elérniük, és mit szeretnének még év végéig letenni az asztalra. Vonuljanak kicsit vissza elmélni, a hetet ne tervezzék nyüzsgősnek.

IKREK

Végig kell nézni eddigi elveiket, mi az, amit meg kell tartaniuk, és mi az, ami már nem működik az életükben. Ez kicsit nehéz feladat, de önök is érzik, hogy egy új, fejlődő korszak kezdődik most az életükben.

RÁK

A hét elején mintha aludnának, kicsit fáradtak, de a hét végére ez elmúlik szerencsére. Egy nagyon kellemes meglepetésre számíthatnak barátaik, párjuk részéről. Ha hívják önöket társaságra, ne utasítsák azt vissza.

OROSZLÁN

Nagyon vigyázzanak a héten, sok támadásnak vannak kitéve, meg kell védeniük a maguk igazát és ez nincs nagyon könnyű. Nem szeretik a felesleges erőfeszítéseket, és ez most sajnos annak tűnik. Védjék meg magukat!

SZŰZ

Nagyon sikeres ez a hét, minden sikerül, amit csak szeretnének. Törődjenek magukkal is, lazítsanak, élvezzék az életet. Töltődjenek, ne sajnálják maguktól az energiát, időt és kényeztetést, megérdemlik.

MÉRLEG

Ne keseredjenek el, a hét elején még nem jó a kedvük, de a hétvége jó eseményekkel várja önöket. Foglalkozz le magukat, ne engedjék, hogy a rossz hangulat eluralkodjon önök felett, és koncentráljanak a hétvégére.

SKORPIÓ

Legyenek nagyon óvatosak a héten, ne idegesítsék fel magukat mindenben és mindenkin. Ez nem segít sem otthon, sem pedig munkahelyén. Törődjenek többet párjukkal is, szükségük van az odafigyelésre.

NYILAS

Lazítsanak kicsit többet a héten, vegyék vissza kicsit a tempóból. Legyenek többet párjukkal, barátaikkal, családjukkal. Ha tudnak, utazzanak el egy hosszú hétvégére, megélmelnék a pihenést, töltődést.

BAK

Figyeljenek oda pénzügyeikre, most nagyon jó lehetőségek elé néznek. Párjukkal is beszéljék meg mindezt, neki is jó rálátása van ezekre a dolgokra. Vigyázzanak izületeikre, ne terheljék túl azokat, szedjenek vitamint.

VÍZÖNTŐ

Ne legyenek idegesek, ha hirtelenkednek, elrontják mostani pozíciójukat. Inkább azt nézzék, ki mondja, ne azt, hogy mit. A fejlődés legyen szemük előtt, ne pedig a düh. Idegeiknek nem árt egy kis pihenés, sportolás.

HALAK

Nagyon felerősödtek megérzéseik, figyeljenek rá, mert sok dologban segítségükre van. Vigyázzanak irigyeikre, most kárt tudnának tenni az önök életében. Legyenek többet párjukkal, családjukkal, barátaikkal.

Köztemetők ünnepi nyitva tartása

A temetők október 29-től november 4-ig 7 és 20 óra között lesznek látogathatóak. A behajtási jogosultsággal rendelkezők november 1-jén, 2-án, 3-án és 4-én 7 és 11 óra között hajthatnak be a nádorvárosi köztemetőbe. A behajtási engedéllyel rendelkezők számára a megadott napokon és időben a nádorvárosi köztemető mindkét bejárata nyitva lesz. A távolról érkezőknek fontos, hogy a győri köztemetőkben november 1-jén, 2-án, 3-án és 4-én 10-16.20 óra között gondnoki ügyelet lesz, a helyszínen sírhelyügyeket is lehet intézni. Kérjük, hogy a köztemetőkbe látogatók még rövid időre se hagyjanak értéket a sírokon, a kutaknál és a járművekben.

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.

GYÓGYSZERTÁRI ÜGYELET.

November elsején reggel nyolctól másnap reggel nyolcig a Deák Gyógyszertár tart ügyeletet az Aradi vértanúk útja 17. szám alatt. Tel.: 518-528. November 2-án, pénteken szombati munkarend szerint, délután kettőtől másnap reggel nyolcig az Adyvárosi patika, a Tihanyi Árpád út 51. szám alatt tart ügyeletet. Tel.: 424-066.

GYŐR-SZOL hiba- és kárbejelentés 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 ügyfélszolgálat 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.

HORKOLÁST MEGSZÜNTETŐ LÉZERKEZELÉSEK

- GYORS
- HATÉKONY
- FÁJDALOMMENTES

ALUDJON ÚJRA MÉLYEN, EGÉSZEN REGGELIG!

Kardirex Egynapos Sebészeti Centrum
9024 Győr, Tánács Mihály u. 43.



+36 70 379 2505
www.kardirex-sebeszet.hu

OREX[®] ZÁLOG

by DOROTHEUM Austria

Nálunk már most jön a Mikulás!

5 éves az Orex Zálog

555 ajándék!

Megnyerheti teljes hitelét!

9021 Győr, Győrpáza, Vasvári P. u. 1/a.
Telefon: 06 (96) 416-796
Nyitva: h-p 10-20, szo 9-19.30, v 10-19

9021 Győr, Baross G. u. 26.
Telefon: 06 (96) 322-516
Nyitva: h-p 8-17.30, szo 8-12.30

Az akció 2012. szeptember 1-jétől december 6-ig tart. A részletes tájékoztató üzleteinkben megtekinthető.

További információ:
www.orex.hu, telefon: 06 1 413-3755

MY-CELLS

DRAKULA TERÁPIA

A BŐR REGENERÁLÁSÁNAK FORRADALMIAN ÚJ MÓDJA

SZÉPÜLJÖN, FIATALODJON TERMÉSZETESEN, IDEGEN ANYAGOK BEADÁSA NÉLKÜL!

GYŐRBE ELŐSZÖR, BEVEZETŐ ÁRON A KARDIREX EGÉSZSÉGÜGYI KÖZPONTBAN!

Kardirex Egynapos Sebészeti Centrum
9024 Győr, Tánács Mihály u. 43.

+36 70 379 2505
www.kardirex-sebeszet.hu

PATENT

VAGYONVÉDELEMBEN A RÉGIÓBAN A LEGNAGYOBB

Komplett riasztórendszer
otthonának, családjának, kisvállalkozásának

0 forintos akció

+ 36 30/203-2222