

MÁRCIUSBAN
BEKÖLTÖZÉS

■ Befejeződött a zöld épület rekonstrukciója a zalaegerszegi Szent Ráfael Kórházban. Az intézmény a mintegy 2,3 milliárd forintos beruházás által egy nagyon modern szárnyal bővült, mely F épület elnevezést kapott.

– AL –

Vigh László országgyűlési képviselő, miniszteri biztos a sajtóbejáráson felidézte, hogy néhány éve a mintegy 4 milliárd forintból megépített új D épület után az építető és az akkori kivitelező közötti vitás kérdések miatt félbemaradt az F épület megkezdett rekonstrukciója. Újabb közbeszerzési kiírást kellett kiírni, amit a ZÁÉV Zrt. nyert el. A generálkivitelezéssel megbízott cég a január végi határidő betartásával kiváló minőségben fejezte be a zöld épület teljes körű felújítását. Március közepéig az új bútorok és a műszerek is helyükre kerülnek, onnantól fogva folyamatosan költözhetnek be az osztályok a pózvai telephelyről. A képviselő, mint mondta, ha e két épület-beruházás értékeihez hozzáteszik az MRI-berendezés cseréjét, valamint a műszerbeszerzési pályázatot, akkor összesen mintegy 9 milliárd forintos fejlesztés valósult meg az elmúlt négy évben a zalaegerszegi kórházban.

Dr. Halász Gabriella főigazgató köszönetét fejezte ki a rekonstrukció befejezéséért. Nemcsak az épület újult meg, hanem előtere, amit térköveztek. A főbejáratot pedig két oldalról is megközelíthetővé tették a mentők, valamint a teherszállítványok számára. Elmondta továbbá, hogy az F épület földszintjén a pulmonológiai szakrendelés, első emeletén a kardiológiai rehabilitáció, második emeletén a pulmonológiai, míg harmadik szintjén az onkológiai fekvőbeteg osztály kap helyet.

Peresztegi Imre, a helyi székhelyű ZÁÉV Zrt. vezérigazgatója elmondta, hogy a 2,3 milliárd forintos költségben bruttó 1,1 milliárd forintot tett ki a cég által elvégzett építészeti és műszaki kivitelezés összege. A munkaterület június végén vették át, ami akkor nagyjából 40 százalékos készültségen állt. A január végi határidőt sikerült teljesíteniük a kivitelezésbe bevont, többségében helyi és zalai alvállalkozókkal közösen.

EGÉSZSÉG ÉS JÓKEDV

SZÜKSÉG VAN-E VITAMINPÓTLÁSRA?

■ Vajon a téli időszakban elegendőnek bizonyulnak-e a változatos étrenddel bevitt vitaminok és ásványi anyagok szervezetünk számára? Szükségünk van-e ilyenkor vitaminpótlásra, mit tudunk és mit nem táplálékkal bevinni? – erről Monori Krisztina dietetikussal beszélgettünk.

– Antal Livia –

– Nem véletlen, hogy a január és február az influenza és a különféle megfázásos megbetegedések csúcspontja, hiszen ekkorra a szervezet vitaminraktárai nagyrészt kiürülnek. Ez főleg a D-vitaminra igaz, mert októbertől márciusig a napfény nem olyan szögben éri a bőrünket, hogy az elegendő lenne termelődéséhez. A D-

vitamin nemcsak vitamin, hanem egy hormonhatású anyag, ami az immunrendszer épségében nagyon fontos szerepet tölt be. Minden sejtünk igényli, ezért van szükség pótlására különösen a téli időszakban. A D-vitamint viszont csak úgy érdemes pótolni, ha magnéziumot és K-vitamint is szedünk hozzá, elősegítve a lehető legjobb felszívódását. Hogy szervezetünk mennyi magnéziumot

tud felhasználni, az a benne lévő magnéziumformától függ. Ezért inkább a magnézium-citrát, magnézium-laktát, vagy a magnézium-glicinát tartalmú étrend-kiegészítőt válasszunk, és ne magnézium-oxidot, melynek rossz a felszívódása. Ezt az információt a termékismertetőben megtaláljuk.

– **Táplálékkal mennyire pótolhatók?**

– A D-vitamin és a magnézium esetében is nehéz a megfelelő mennyiséget táplálkozással bevenni. A magnézium nagyon fontos ásványi anyag, rendkívül sok immunfolyamatban vesz részt.

(Folytatás a 3. oldalon.)

HALÁLI BÁBJÁTÉK LUGOSI EMLÉKÉRE

BÁBSZÍNHÁZ FELNŐTTEKNEK ÉS GYEREKEKNEK

■ Hogy a felnőtteknek szóló bábelőadásoknak nagyon is van létjogosultsága, mi sem bizonyítja jobban, mint a Griff Bábszínházban közelmúltban vendégeskedett Un-Dead – Haláli színjáték Lugosi Béla életéről című darab.

– pP –

Az egyszemélyes bábjáték rendezője és szereplője Kis Ágnes, a szegedi Barabonciás Társulat tagja, aki Lugosi halálának 60. évfordulójára készítette el a korhatáros és a dark kultúra rejtelmeibe is beavató darabot. Ennek ellenére nemcsak az említett stílusirányzat kedvelőinek szól a bábelőadás. Anál is inkább, mert a Drakula gróft egykor megformáló, immár legendává vált, magyar származású hollywoodi sztár, Lugosi Béla (1882–1956) életén keresztül leperg előttünk a 20. század első felének (kultúr)története. Megfűszerezve mindezt egy családjától korán elszökő, különféle színházakhoz szegődött, majd az első világhábo-

rúban hadnagyként szolgáló, végül Amerikába emigrált színész viszon- tagságos sorsának ábrázolásával.



Lugosi élete; és halála.) Ezek után meg sem lepődik az ember, hogy az előadás elején egyből felcsendül e zenészmű. Élet és halál határmezsgyéje, vámpírok, élőhalottak, denevérek, pókhálók, koporsók, vörös és fekete színek. Talán sorolni sem kell az irányzat- hoz tartozó szimbolikákat és „ké- lékeket”, melyek jó része természetesen a színpadon is megje- lent. Ez a haláli színjáték tulajdon- képpen kilenc epizódban foglalja össze a színész életét, ám nem kronologikus sorrendben, hanem éppen visszafelé pörgetve az ese- ményeket.

Lugosit az első részben a koporsóban látjuk, Drakula-jelmezben. A koporsó végig központi „színhelye” is az előadásnak; gyakorlatilag körülötte, benne zajlanak az események. A bábot mozgató színész pedig mint a történészek felett álló, a szálakat mozgató Halál szimbólumaként jelenik meg. Egy izgalmas kettősség is van a műben, hiszen Lugosi hal- hatatlanná, sőt legendává vált a Drakula-szerep miatt. De már éle- tében afféle élőhalottá is, mert pont e karakter skatulyázta be to- vábbi színészi pályáját.

(Folytatás a 3. oldalon.)

VAS- ÉS FÉMHULLADÉK
ÁTVÉTELE A LEGMAGASABB
NAPI ÁRON!

Á T V E S Z Ü N K :

- HULLADÉK AKKUMULÁTOROKAT,
 - KATALIZÁTOROKAT,
 - ELEKTRONIKAI HULLADÉKOT,
 - ALUMÍNIUMOT (SÖRÖSDOBOZ),
 - PAPIRT
- (karton- és újságpapír, csomagolási hulladék)

Iakosságtól és közületektől is.
Közületek részére
ingyenes konténerkihelyezéssel.

TOP-KER Kft.

Zalaegerszeg, Bánya u. 2.

Nyitva: H–P: 8.00–16.00-ig · Szó.: 8.00–14.00-ig.
Mobil: 06-30/864-6452 · Tel./fax: 06-92/315-642

ALCÜFER Nyitvatartás
hétfő–péntek:
7.00–15.00

REGISZTRÁLT AUTÓBONTÓ
Zalaegerszeg, Zrínyi út 6.

**Forgalomból kivonásra váró autók
átvétele díjmentes bontási igazolással**

A bontó átvételi díjat fizet
a gépkocsik súlya alapján:

27 Ft/kg

Elektronikus ügyintézés:
ÚJ! Telefon: 06-92/598-481
Időpont-egyeztetés! (Előre kért időpont)

MOTOROLAJOK

Shell Castrol Mobil elf Q8 TOTAL

SONAX AUTÓÁPOLÁSI
CIKKEK ÉS
ALKATRÉSZEK KEDVEZŐ ÁRON
KAPHATÓK!

CASTROL 10W-40 8.200 Ft/4 l 2.050 Ft/l	ELF 10W-40 5.800 Ft/4 l 1.450 Ft/l
MOBIL 10W-40 7.200 Ft/4 l 1.800 Ft/l	MOTUL 10W-40 8.900 Ft/4 l 2.225 Ft/l

Zalaegerszeg, Göcseji u. 9. · Tel.: 92/401-741

AZ OTTHONÁPOLÁS JELENTŐSÉGE SZERET KÖZÖSSÉGBEN DOLGOZNI

HÚSZÉVES A MÓNICA SZAKÁPOLÁSI ÉS HOSPICE SZOLGÁLAT

■ „Hospice hangja” címmel rendezett konferenciát a Mónika szakápolási és hospice szolgálat megalakulásuk 20. évfordulója alkalmából. A Városi Hangverseny- és Kiállítóteremben a tisztelet és az elismerés hangján szóltak a házi betegápolók munkájáról. Köszöntötte a résztvevő szakembereket Vigh László országgyűlési képviselő, miniszteri biztos és Balaicz Zoltán polgármester is, megköszönve a betegekért tett minden pillanatot, fáradságot és a kedves szavakat, melyeknek nagy jelentőségük van a gyógyulásban.

Dr. Halász Gabriella, a megyei kórház főigazgatója az Együtt vagy egymás mellett című előadásában arról beszélt, hogy a betegek szakszerű ellátása nem valósulhatna meg a kórház együttműködő segítsége nélkül. Kámán Lászlóné szakápoló, a Mónika szolgálat egyik alapító tagja munkájukról, az otthoni szakápolás jelentőségéről szólt, míg Lukács Miklós, a Magyar Hospice Palliatív



Kerkai Gyuláné a születésnapj tortával

Egyesület elnöke a palliatív ellátás országos helyzetét mutatta be. A hospice szolgálat fontosságáról, a segítségnyújtásról dr. Benyó Gábor onkológus, hematológus szakorvos beszélt. Dr. Márk Károly, a megyei kórház onkológiai osztályának vezető főorvosa szerint a hospice szolgálat a kórházon belül a legszorosabb kapcsolatban talán az onkológiai osztály munkatársaival van.

A szakszerű házi ápolás nem valósulhatna meg a háziorvosok segítsége nélkül. Dr. Bába Mariana háziorvos és a hospice-palliatív orvosa az otthonápolás előnyeiről, jelentőségéről beszélt, alapvetően holisztikus betegközpontú megközelítésben. Hangsúlyozta: a személyre szabott, egyéni állapothoz idomuló ellátás otthoni környezet-

ben, sok esetben gyorsabb testi felépülést, gyógyulást, rehabilitációt eredményezhet. Ez növeli a beteg érzelmi biztonságát, csökkentve a betegséggel együtt járó szorongást, akár depressziót. A szakápoló rendszeres jelenléte, a kialakult kapcsolat, motiváltabbá teheti az ápolat. Nagyon fontos a beteg emberi méltóságának és az autonómiájának megőrzése. A szakápoló tevékenysége enyhíti a hozzátartozók szorongását, segít-

heti a családon belüli feladatmegosztást.

(Különbséget kell tenni a különböző kifejezések között, melyet gyakran összetévesztenek. Az otthonápolás célja a beteg gyógyulása, a hospice ellátás kifejezetten a haldoklók ellátását – általában dagados betegekéről van szó – jelenti. A palliatív ellátás a tünetek enyhítésére szolgál, a fájdalom, szenvedés, fizikai tünetek csillapítására.)

Végül Kerkai Gyuláné Mónika, a kft. ügyvezetője szólt, és idézte fel az elmúlt húsz év munkáját, hangsúlyozva az otthoni szakápolás fontosságát. Zala megyében ő indította el az otthonápolási és hospice szolgálatot. Jelenleg kilenc megyében vannak jelen, és nyújtanak segítséget.

BOGNÁR ÁKOS: SIKERES TOP-PROGRAMJAINK VOLTAK

■ A Köztársaság útja és a Göcseji–Alsóerdei út közötti „szem alak” tartozik hozzám – mutatja be a 10-es kertvárosi választókerzetét Bognár Ákos önkormányzati képviselő, akit többek között az elmúlt évek fejlesztéseiről, a városrészben végzett munkájáról kérdeztük.

A fiatal képviselő már huszonévesen bekapcsolódott a közéletbe, mint mondja, mindig szeretett emberekkel foglalkozni és közösségekben dolgozni. Sokat beszélgettek ezekről a kérdésekről otthon is és baráti társaságban is, ahol főleg fiatalokkal volt együtt. Nem véletlen, hogy az ifjúsági és oktatási albizottság külsős tagjaként kezdett megismerkedni az önkormányzati munkával. Két cikluson keresztül dolgozott a közgyűlés bizottságainak külsős tagjaként. Még az önkormányzati képviselőség előtt az Ifjúsági



Bognár Ákos

Kerekasztal elnökeként is dolgozott. Jelenleg az Új Nemzedék Közösségi tér vezetője.

Az elmúlt évek meghatározó fejlesztéseiről elmondta:

– Ezek közé tartozik a Gyimesi utca komplett felújítása és az ott lévő, nagyon rossz állapotú parkoló szebbé tétele is. Ez a munka három ütemben valósult meg. Megtörtént a Göcseji úti temető hátsó bejáratánál a parkoló-rekonstrukció is. Úgysszintén a „kisposta” melletti parkoló is megszépült, kibővült. Megújul a Mókus utca is, itt még folynak a munkálatok. Felújítások történtek a Fejér utcában és a Köztársaság útján is. Büszke vagyok arra, hogy a TOP-program keretében megújult a Napsugár Utcai Bölcsőde, a Köztársaság úti orvosi rendelő és a védőnői szolgálat a Göcseji úton.

Több mint 100 milliós fejlesztésről van szó. Az Átalszegett utca 11. környékén a csapadékvíz-elvezetési probléma ebben az évben megoldódik, a tervek már készen vannak.

Bognár Ákos fontosnak tartja a fiatal családok támogatását. Ehhez kapcsolódóan azt tapasztalja, hogy egyre több fiatal család költözik a Kertvárosba. Az ő életminőségük javítása érdekében igyekeznek az összes utcában legalább az egyik oldali járdát kényelmessé tenni a babakocsival közlekedők számára. Igyekeznek a környéken található játszótérek felújítását is megvalósítani. Azt is elmondja, hogy az önkormányzati képviselő feladata roppant szerteágazó, különböző problémákkal keresik fel a körzetében lakók. Örül, ha megkeresik, hiszen nem biztos, hogy neki is feltűnnek azok a gondok, amiket mások észrevesznek. A Kertvárosnak rajta kívül még két önkormányzati képviselője van, – Orosz Ferencné, Galbavy Zoltán – jó az együttműködés közöttük, segítik egymás munkáját és részt vesznek a közös rendezvényeken.

– Szabadidőm legnagyobb részét a sport tölti ki. Röplabdázom és kosárlabdázom heti több alkalommal is. A másik, amivel szívesen foglalkozom, az a főzés. Van egy kis főzőcsapatunk a 6VAD, együtt indulunk jótékonysági főzőversenyeken. Hogy mi a kedvenc étel? A zalai vargányakrémleves – mondja.

– Fontos számomra az önkéntesség is, szívesen részt veszek a Te tedd! akcióban, óvodakerítés-festésben, egyéb adománygyűjtő akciókban. Ezenkívül régi bakelit-lemezeket gyűjtök, és nagyon szeretek kerékpározni – fogalmaz Bognár Ákos.

A KÖRNYEZETVÉDELEM FONTOSSÁGA

LEZÁRULT A HORVÁT–MAGYAR PROJEKT

■ Záró konferenciával fejeződött be az Interreg Magyarország–Horvátország határon átnyúló program keretében megvalósuló „EcoSmartCities” ökológiai okos és fenntartható városok című projekt.

A város dísztermében megtartott szakmai konferencián Dékány Endre önkormányzati képviselő, a műszaki bizottság elnöke köszöntötte a horvát vendégeket. A partner város Ludbreg képviseletében Robert Tkalec a város területfejlesztési és építési osztályának projektmenedzsere vett részt a rendezvényen és foglalta össze a projekt célkitűzéseit.

Dékány Endre hangsúlyozta: Zalaegerszeg számára mindig fontos volt a környezetvédelem, a tudatosság és már óvodáskorban a környezetvédelemre való nevelés. A projekt végső célja egy környezettudatosabb, intelligensebb és fenntarthatóbb közös határ menti terület létrehozása. Ennek fontos eleme a korszerű hulladékgazdálkodási rendszer létrehozása,



sa, mely időt takarít meg és csökkentheti a szállítási költségeket.

A projekt 16 hónapos időtartama alatt Ludbregben és Zalaegerszegen is számos rendezvényt tartottak, melyeken a szakembere-

ken kívül közműszolgáltatók képviselői, általános iskolai tanárok és diákok is részt vettek. A 66 millió forint költségvetésű uniós projektből 26,5 millió forint jutott Zalaegerszegre.

www.vizeshazfalak.hu

Vizes falak

Ingyenes felmérés!

Utólagos szigetelése lemezpréseléses technológiával

Tőser Árpád

Vízszigetelő KFT

30/458 7717 · 20/246 2502 · 74/467 355

ÁTKÖLTÖZTÜNK!

Új cím: TOMPA u. 2. (Pontház oldalán)

Nyitás: február 4.

A belvárosi cipőjavító, kulcsmásoló, késételő a Centrum Áruházból a Tompa utca 2. sz. üzletbe költözött. (Pontház oldalán, a cipőbolt mellett)

A hirdetés felmutatásával 15 százalék engedményt adunk!

GINOP 5.1.1-15-2015-00001

Út a munkaerőpiacra

EURES Információs Fórum

TÉMA: Tájékoztató a biztonságos uniós munkavállalással kapcsolatos tudnivalókról álláskereső részére

HELYSZÍN: HEVESI SÁNDOR MŰVELŐDÉSI KÖZPONT 8800 NAGYKANIZSA, SZÉCHENYI TÉR 5-9.

Időpont: 2019. február. 14. 10–11 óráig

Részvételi szándékát 2019. február 11-ig a nemeth.alexandra@zala.gov.hu e-mail-címre jelezze!

SZÉCHENYI 2020

MAHAROKSÁG KÖZMŰVELŐDÉSI KÖZPONT

BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

OPEL COMBO CARGO

Az Év Kishaszonjárműve 2019*

- ✓ Akár 18 vezetőtámogató rendszerrel
- ✓ Maximális terhelhetőség: 1000 kg
- ✓ Akár 4,4 m³ rakóter

már nettó 3 570 000 Ft-tól!

OPEL KISS-GERENCSE AUTÓHAZAK

8900 Zalaegerszeg, Hock J. u. 96., Tel.: 92/323-875
8800 Nagykanizsa, Békeu. 1., Tel.: 93/518-940
8315 Gyeneslőrinc, Kereskedő útja 2., Tel.: 83/515-030
www.opel.kiss-gerencse.hu

KUTYÁS FOGLALKOZÁSOK GYEREKEKNEK ÉKLEKTIKA FORMÁLTA BELVÁROS

■ Pályázati támogatásnak köszönhetően bő fél éven keresztül tartanak kutyás élményterápiás foglalkozásokat a zalaegerszegi gyermekotthonban az óvodás és kisiskolás korosztálynak a Zalai Kutyarabátok Egyesület tagjai.

– b. k. –

A MOL Gyermekgyógyító Program keretében van lehetőség az intézményben élő és így a lelki egészség szempontjából veszélyeztetett gyerekek élményterápiás foglalkozására. A támogatást egyedülálló módon egy kutyás csapat, a Zalai Kutyarabátok Egyesülete Terápiás Csoportja nyerte el. A hét évvel ezelőtt alakult egyesület a felelős és a modern kutyatartás segítését, illetve 2016 óta terápiás kutyákkal történő foglalkozásokat tűzött ki célul. Ez utóbbit a megyén belül több bentlakásos – köznevelési – és közoktatási intézményben való-sítják meg három terápiás kutya



és felvezetőik közreműködésével.

A zalaegerszegi gyermekotthonban 20 alkalommal kerül sor állatasszisztált élményterápiás foglalkozásra. A KutyaJó Kalandok célja, hogy a résztvevők számára minőségi időtöltést kínáljon, miközben hasznos ismereteket szerezhetnek a felelős állattartásról, és az életkori sajátságokhoz

igazodva ingergazdag, játékos légkört teremtve a képességeik kibontakoztatásához. Élménypedagógiai foglalkozás segítségével a személyes és szociális készségek fejlesztésére kerül a hangsúly. A terápiás kutyák motiváló, rehabilitációs funkciót töltenek be.

A sajtónyilvános foglalkozáson Zserbó és Andi felvezetőikkel, Tolnai Tímea szakmai vezetővel és dr. Nagy Erzsébettel az óvodás korosztálynak tartott foglalkozást.

Öröm látni az egyre terjedő kutyaterápiás foglalkozásokat megynkben, bőven lenne e téren még lehetőség és igény, ezért az egyesület folyamatosan készíti fel a terápiás kutyákat.

Egy mondat erejéig idézzük föl a napokban elhunyt golden retriever, Gyömbér nevét, aki a város és a megye első terápiás kutyája volt.

■ Az eklektika és a historizmus helyi építészeti értékeiről esett szó a Lokálpatrióta Klub legutóbbi összejövetelén, melynek vendége ezúttal Czegléd András építészmérnök, tanár volt. A résztvevőket Iványi Ildikó, az egyesület vezetője köszöntötte.

– pet –

Az előadó a 19. század második felétől a 20. század közepéig tekintette át Zalaegerszeg legjellemzőbb eklektikus stílusban épült közintézményeit, lakóházait. Mint mondta: a számuk nem csekély, hiszen a történelminek nevezhető városközpont tulajdonképpen az eklektika, illetve a historizmus jegyében formálódott. Napjainkban probléma e hatalmas érték megóvása is, hiszen a felújítások, át- vagy hozzáépítések sok esetben komoly változást idéztek elő az épületeken; csorbítva azok eredeti vonásait.

Czegléd András utalt arra is: sokan azt gondolják, hogy az eklektika nem más, mint mikor a tervezők, építetők válogatnak a különféle stílusok közül, megjelenítve azok jellegzetes tulajdonságait egy-egy épületen, de az irányzat ennél bonyolultabb. Az eklektikának is megvoltak a maga korszakai. Mégpedig aszerint, hogy a klasszicista, romantikus, gótikus, netán barokk vagy reneszánsz jegyeket hangsúlyozták-e inkább az épületeken. Sőt, egy-egy ház



Iványi Ildikó és Czegléd András

egyszerre több stílus is megjelenhetett.

Az előadás alatt fotókkal is alátámasztotta az elhangzottakat; bemutatva az egyes házak eredeti és mai verzióját is. Többek között kiemelte a Kazinczy téren álló, 1889-ben épült egykori pénzügyigazgatósági székházat (ma a polgármesteri hivatal irodái találhatók itt), ami részben klasszicizáló, de már barokk hangulata is van. Megemlítette az 1890-ben létesült, volt Korona-szállót (ma KISZÖV-székház), ami azon kevés épületek közé tartozik, ami egyértelműen a romantika jegyeit mutatja. Érdekes színfolt a városban a Csány téren álló, volt MÁV-lakóház, ami a szecesszió beszivárgását jelzi, és a Posta palota épülete, ami viszont a város egyetlen szecessziós épülete.

Az előadó szólt a zsinagógáról is, melyet a város legattraktívabb épületének nevezett. Ami a stílusát illeti, a gótikus és román jegyek mellett mór és keleti hatás is érezhető rajta.

Czegléd András szerint sok épület nem csak az átépítések miatt nem mutatja eredeti formáját, hanem az azóta történet rendezés, parkosítás miatt sem. Emiatt nem láthatjuk például a vasútállomásról kilépve a zárdát, pedig eredetileg a teret úgy alakították ki, hogy épp arra irányuljon a városba érkezők tekintete.

EGÉSZSÉG ÉS JÓKEDV

(Folytatás az 1. oldalról.)

Ezért egész évben javaslom szedését. Ha táplálékkal kívánjuk bejuttatni, erre kiváló lehetőség a sütőtök, amelynek most van a szezonja. Nagyon jó magnéziumforrás, ráadásul narancssárga szín-

anyagai, a karotinok révén erős antioxidáns hatással is rendelkeznek. A savanyított, más néven a hordós káposzta bővelkedik K-vitaminban. Rendkívül magas C-vitamin-tartalma miatt nagyon jó hatással bír bélfőránk egészségére is, ami azért fontos, mert immunrendszerünk hetven százaléka a bélrendszerhez kötődik.

– **Úrrá lehetünk a téli ingerlékenységen D-vitammal?**

– Megfelelő D-vitamin- és magnéziumszinttel igen, mert hiányuk depresszióhoz is vezethet. A rossz kedv ellen nagy figyelmet érdemelnek az omega-3 zsírsavak is, melyek elsősorban a tengeri halakban találhatók, így a lazacban, a pisztrángban és a tonhalban, a hazai halak közül pedig a busában. Ha valaki nem szereti a halakat, akkor omega-3-mal dúsított tojást fogyasszon. A színes ételeket télen sem kell nélkülöznünk. Nagyon jó C-vitaminforrások a citrusfélék: a citrom, a narancs vagy a grépfrút. Betegség, megfázás esetén azonban érdemes pótolni. A cékla, a sárgarépa, a lilakáposzta egyaránt rendkívül gazdag vitaminokban és ásványi anyagokban. Fogyasztásukkal sok antioxidánsot juttatunk, amellyel, hogy még jókedvre is derítenek.

Multivitaminok szedését csak azoknak javasoljuk, akik egyáltalán nem, vagy csak nagyon kevés gyümölcsöt és zöldséget fogyasztanak. A vitaminpótlásról is elmondható, hogy szükségességét és mennyiségét egyénileg kell mérlegelni. Érdemes szakember segítségét kérni a tekintetben is, hogy a legjobb minőségű étrendkiegészítőt vásároljuk meg.

HALÁLI BÁBJÁTEK LUGOSI EMLÉKÉRE

BÁBSZÍNHÁZ FELNŐTTEKNEK ÉS GYEREKEKNEK

(Folytatás az 1. oldalról.)

Nem tudott/nem hagyták, hogy kilépjen ebből a szerepből. Olyannyira, hogy tényleg Drakula-jelmezben temették el. A bábelőadás kilenc epizódjában többek között kiüresedett sztárként, ünnepezt filmcsillagként, nőfaló férfiként, narokként és útkereső ifjúként egyaránt megismerhetjük a művészt. Közben napjaink társadalmi, politikai viszonyaira vonatkozó poénok, más művészekre, művészeti ágakra utaló fricskák teszik nagyon is maivá a darabot. Még az olyan nézők számára is, akik nem feltétlenül ismerik Lugosi/Drakula sztoriját.

Az a bábszínházi sokszínűség pedig, amit Kiss Ágnes bő egy óra alatt felvonultatott a színpadon nemcsak teljesen élővé tette Lugosi alakját és átláthatóvá a történetet, hanem ismét bizonyította, hogy a báb nemcsak gyerekeknek való. Hanem halálisan komoly témák művészi feldolgozására és prezentálására is alkalmas.

A Griff Bábszínházban folytatódik az Esti Mese felnőtteknek so-

rozat. Legközelebb február 20-án *Azért a kis bolondságért* címmel Fabók Mancsi Bábszínháza pajzán történeteket ad elő. A társulat lapzártánkkor rendezett sajtótájékoztatóján pedig megtudtuk, hogy február 9-én a gyerekeknek készülnek új bemutatóval. A Léghajó

a Bodza utcában című darabot Kiss Ottó 2016-ban megjelent meséjéből Schneider Jankó és Nagy Viktória Éva alkalmazta színpadra. A barátságról, gyerekszerelméről szól, na és arról, hogy ha valakit nagyon akarunk, akkor azt el lehet érni, ha van energiánk tenni érte.

A HELIKON UTCAI AUTÓMOSÓ TELJES KÖRŰ SZOLGÁLTATÁSSAL VÁRJA ÜGYFELEIT! LÁMPAFELÚJÍTÁS POLÍROZÁSSAL!

ZALAEGERSEZEG, HELIKON UTCA 1/A
TEL.: 06-20/976-0819
NYITVA: 9.00-18.00 ÓRÁIG
 Telefonos egyeztetés esetén ettől eltérő időpontban is!

EGÉSZSÉGMEGŐRZŐ MASSZÁZS

Rosszul alszik? Stresszes a munkája? Görcsösek az izmai, ízületi bántalmaktól szenved?

Nagyon sok ember küzd hasonló panaszokkal, de sokan már megtalálták a gyógyírt, ami nem más, mint a masszázs.

A svédmasszázs relaxál, oldja a feszültséget és segít az alvászavarok leküzdésében, sőt bizonyos típusú fájdalmak csökkentésére is kiválóan alkalmas.

Előzetes bejelentkezés alapján várom kedves vendégeimet a 06-30/652-7425 telefonszámon.

Kérésre Zalaegerszegen és 10 km-es körzetében házhöz megyek!

Alma-, almalé- és KÖRTEVÁSÁR

ALMA (Golden, Fuji, Braeburn, Jonagored): **149 Ft/kg.**

KÖRTE (Conference): **229 Ft/kg.**

ALMALÉ 100% rostos (zacskó+doboz): **1.524 Ft/5 lit.**

Cefrének való alma telefonos egyeztetés alapján **30 Ft/kg.**

Kilimán almáskert, Gelse, Kilimáni határszél út 1.
 Nyitva: H-P: 8-16; Sz: 8-13.
 Információ: **+36-30/211-6958**

SZEMÉLYGÉPKOCSI-VEZETŐI TANFOLYAMAINK FOLYAMATOSAN INDULNAK

TÉLI KRESZ-TANFOLYAMOK

INGYENES ELMÉLET – Ifjúsági kedvezmény
 Ingyenes – legújabb – INTERAKTÍV kölcsön tankönyv, gyakorló tesztrendszerhasználat

HELYSZÍN: ZALAEGERSEZEG, OKTÓBER 6. TÉR 19.
 (ZTE-pályával szemben, Zala Plaza és az autóbusz-pályaudvar közelében)
IDŐPONT: FEBRUÁR 11. (hétfő), FEBRUÁR 13. (szerda) és MÁRCIUS 13. (szerda) 15.00 óra

RÉSZELETFIZETÉS!
JELENTKEZÉS, INFORMÁCIÓ: www.ganzaautosiskola.hu
TELEFON: 06-30/373-0818 • E-MAIL: info@ganautosiskola.hu
 8900 ZALAEGERSEZEG, OLA U. 27. OKÉV-SZÁM: 20-0112-05
 VSM: E: 31,75–35,9%; FOR: 46,34–68%; AKÓ: 155,6–164,61%; ÁKK: 196,056–207,408

fáraó bútordiszkont

Az akció a megjelenéstől február 23-ig, illetve a készlet erejéig érvényes!

8900 ZALAEGERSEZEG, HOCK JÁNOS U. 72.
MOBIL: 70/946-9738
 NYITVARTARTÁS: HÉTFŐ-PÉNTEK: 9.00-17.00 • SZOMBAT: 9.00-12.30
 Az árak bruttó árak, tartalmaznak a 27%-os ÁH-t. A képek illusztrációk!

INFINITY SAROK 290x190 cm
EXTRAKÉNYELMES 319.900 Ft **289.900 Ft**

PACO P2/3 SAROKÜLŐ

BORA-BORA 3-2-1 ÜLŐGARNITÚRA 277x175 cm - ágyazható
 389.900 Ft **362.900 Ft**

MAGIC SAROK 277x175 cm - ágyazható
 319.900 Ft **272.900 Ft**

KUBA 3-2-1 ÜLŐGARNITÚRA
 289.900 Ft **263.900 Ft**

MÜNCHEN ÉTKEZŐGARNITÚRA 160 cm-es szálkál
 369.900 Ft **331.900 Ft**

OPTIMAL II ÉTKEZŐGARNITÚRA
 109.900 Ft **109.900 Ft**

BERTA ÉTKEZŐGARNITÚRA 6 személyes
 109.900 Ft **89.900 Ft**

VÍZ VILÁGNAP 2019 VIZET MINDENKINEK!

Minden évben megünnepeljük a Víz Világnapját, hogy ezzel is felhívjuk a figyelmet az egyik legfontosabb természeti kincsünk, a víz fontosságára, védelmének szükségességére. Az idei évben hagyományosan alkotói pályázatot hirdetünk, valamint üzemlátogatást szervezünk, óvodás illetve általános iskolás alsós korosztály számára. Jelentkezni Zsuppán Krisztinánál a lenti elérhetőségeken 2019 március 4-ig lehet.

RAJZPÁLYÁZAT

Rajzpályázatunkat óvodásoknak, általános iskolás- és középiskolás tanulóknak írjuk ki.

A pályázat szlogenje: „VIZET MINDENKINEK!”

A rajzok az alábbi technikákkal készülhetnek: ceruza, festék. A megengedett maximális méret: A/3. A pályázathoz szükséges adatokat (név, óvoda/iskola neve, osztály/korcsoporthoz, életkor, kapcsolattartó személy neve telefonszáma/e-mail címe) a rajzlap hátulján, olvashatóan kérjük feltüntetni! Minden pályázó csak egy művel vehet részt a megmérettetésen. Egyéb képzőművészeti alkotásokat, valamint ragasztott pályaműveket nem értékelünk.

Az alkotásokat 2019. március 11-ig várjuk, postai úton a Zalavíz Zrt. címére (8900 Zalaegerszeg, Balatoni út 8.), valamint lehetőség van ugyanitt személyes átadásra is. A beérkezett pályamunkákból a Víz Világnapján kiállítást rendezünk, a legügyesebb alkotókat korcsoportonként értékes ajándékokkal jutalmazzuk.

A résztvevők a jelentkezéssel hozzájárulnak, hogy a róluk készült képeket a Zalavíz Zrt. belső hálózatán illetve kiadványában közlétegyék.

ZALAVÍZ

Észak-Zalai Víz- és Csatornamű Zrt.
8900 Zalaegerszeg, Balatoni út 8. Pf.:178
Telefon: +36-92/500-300
E-mail: zalaviz@zalaviz.hu
facebook.com/zalaviz
www.zalaviz.hu



HULLÁMZÓ, ÉRZELMES ÉV LESZ

ASZTROLÓGIAI ELŐADÁS-SOROZAT AZ APÁCZAIBAN

■ Hamarosan beköszönt az új év. Mármost a kínai. Úgy tűnik, malacunk lesz, hiszen a keleti felfogás szerint 2019. február 4-én a Disznó éve köszönt ránk. Az Apáczai Művelődési Központ asztrológiai előadás-sorozatára tekintettünk be.

– b. k. –

– Tartsunk ki, jönnek a tavaly megalapozott dolgok eredményei – biztatott előadása elején Végh Katalin asztrológus, aki 20 éve foglalkozik nyugati asztrológiával, s néhány éve a kínai szimbólum-rendszerrel is megismerkedett. Elve, a gyakorlati életben felhasználni a horoszkóp, mint tudomány tanácsait.

– 2018 a Kutya éve volt, s ez az időszak még január első heteiben is tart, hiszen a kínai horoszkóp nem január elsejével vált. Ezen év az alapozás ideje volt. Ami ugyan nem látványos, sok türelmet kíván, de a hosszú távú stabilitáshoz szükséges. Gyümölcse az idén fog beérni, ekkor lesz látható a felépítmény – mondta bevezetésekor Végh Katalin. – A Disznó az utolsó jegy, egy ciklus vége. Hangsúlyos és szerencsés ez a Föld elemű jegy. Sok új lehetőséget, váratlan fordulatot hozhat. Ügyeljünk is arra, hogy ne forgácsoljuk szét az energiánkat. Arra figyeljünk, ami valóban fontos és hosszú távon számít. Nem árt határidőnaplót is beszerezni és tervezni, mert lehetőség az lesz bő-



ven. Csak győzzük a feladatokat, ami magával vonja az időhiányt is.

Az évre jellemzők az áradatok, a változtatási kedv. Költözés, szinte tálcán kínálódik az új lakás. Munkahelyváltás, új párkapcsolat. Arra azért vigyázzunk, hogy hirtelen felindulásból ne rosszul döntsünk, ne rúgjunk fel meggondolatlanul kapcsolatokat. Jellemző az életöröm is, az élet élvezete, amire ügyelni kell majd, az a mérték. Fellendül az utazási kedv is és minden ezzel kapcsolatos vállalkozás, szolgáltatás. Érdemes figyelni még a bennünk lévő, de eddig ki nem használt tehetségre is, ezek kibontásának most jöhet el az ideje. Általánosságban a tehetséggondozás is erőre kap.

Hullámozó, érzelmes év lesz, mint egy hullámvásút-utazás. Figyeljünk, hogy túl erősen ne befo-

Szereti a házi tésztát?...
Készítsen Ön is!
VÁSÁROLJON TÉSZTAVÁGÓ GÉPEINKBŐL!
Kovas Kft.
2800 TATABÁNYA,
Pf.: 1368
+36-70/636-5101
+36-34/426-250
E-MAIL: tesztavago@kovasgep.hu
www.kovasgep.hu
ÉRDEKLŐDJÖN! RENDELJEN!

Új kerítést, korlátot, ablakrácsot stb. szeretne?

Keresse a TUBÁLKAIN Bt.
felkészült csapatát!



A részletekről érdeklődjön:

TUBÁLKAIN Bt.

Zalaegerszeg-Botfa, Rózsás u. 61.

Tel.: (92) 311-036, (30) 368-8383

tubalkain.t@gmail.com – www.tubalkain.hu

Együttműködő partnereink állásajánlatai

Diamant Gépszervíz Kft.

Műszaki ügyintéző

E-mail:

molnar.g@diamant-gepszerviz.hu
(fényképes önéletrajz)

Edelmann Hungary

Packaging Zrt.

Nyomógép-kezelő
Ragasztógép-kezelő
Rendszergazda
Stanca gépkezelő

E-mail:

human@edelmann.hu

Fullér Gastro Kft.

Éttermi felszolgáló

Konyhai kisegítő

Telefon: 30/261 33 34

Gartner Intertrans

Hungária Kft.

Nemzetközi fuvarozást
végző gépjárművezető

Telefon: 30/939 47 69

Homeland Kft.

Ács

Építőipari segéd munkás

Kőműves

Telefon: 92/511 087
(Mészégető Rebeka)

Korona Pékség Kft.

Mozgóárus

Telefon:
92/348 912
20/946 44 11

Liftgenerál Kft.

Épületvillamossági

szerező, villanyszerelő

Szerkezetlakatos,

lakatos

E-mail:

info@liftgeneral.hu
(fényképes önéletrajz)

Naste-Bau Kft.

Parképítő, térburkoló

Telefon: 30/548 50 65

E-mail:

nastebau@nastebau.hu

Sittorm Bútorgyár Bt.

Kárpitos

Kézi csomagoló

Jelentkezés: 8900
Zalaegerszeg, Malom út
2.

Spiller 2000 Kft.

CNC-esztergályos

CNC-marós

Esztergályos

Telefon: 30/300 6952

Zalaegerszegi

Szakképzési Centrum

Gépész elmélet

szaktanár

E-mail:

info@munkacsyzski.hu

Bővebb információ: www.paktumportal.hu



Dolgozzunk együtt Zalaegerszegen!

Irányt mutatunk!

Zalaegerszeg Megyei Jogú Város Foglalkoztatási Paktuma

TOP-6.8.2-15-ZL1-2016-00001

A vállalkozások igényeire alapuló foglalkoztatás-fejlesztési program
Zalaegerszeg Megyei Jogú Városban

SZÉCHENYI 2020



Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐRE

■ Megújult közösségi terek és az élethosszig tartó tanulást segítő programok. Röviden így foglalható össze az a nagyarányú fejlesztés, mely a Deák Ferenc Megyei és Városi Könyvtárban (DFMK), illetve a József Attila Városi Tagkönyvtárban és az Apáczai Csere János Tagkönyvtárban zajlott le az elmúlt egy évben.

– pet –

A „DFMK tanulást segítő infrastrukturális fejlesztése” című projektje európai uniós támogatással, mintegy 82,5 millió forintból valósult meg. Mint az a közelmúltban lezajlott ünnepélyes projektzáró eseményen elhangzott: nemcsak a közösségi terek külleme változott meg, hanem infokommunikációs fejlesztésekre is lehetőség nyílt.

A résztvevőket köszöntve Balaicz Zoltán polgármester elmondta: örül, hogy a könyvtárosok meghallották az idők szavát, és

OLVASÁS ÉS TANULÁS MEGÚJULT KÖRNYEZETBEN

PROJEKTZÁRÓ A KÖNYVTÁRBAN

belefogtak a fejlesztésekbe, hiszen a mai korban különösen fontos, hogy az olvasókat egy modern, tágas és jól felszerelt intézmény fogadja. Külön kiemelte a könyvtár dolgozóinak hivatásszerűen végzett, magas színvonalú szakmai munkáját, ami – mint fogalmazott – országos szinten is elismerésre méltó. Enélkül nem valósulhatott volna meg a fejlesztés.

Kiss Gábor könyvtárigazgató a projekttel kapcsolatban elárulta: több egységükben zajlott a fejlesztés. A központi Deák Ferenc-könyvtáron kívül a landorhegyi, és a kertvárosi tagkönyvtárakat is érintette a beruházás, sőt tavaly még a csácsi könyvtár átalakításá-

ra is futotta erejükből. A projekt komoly feladat elé állította az intézmény munkatársait, a csapatmunkának és az összefogásnak hála, azonban sikerült a nehézségekkel megbirkózniuk – fogalmazott.

A legtöbb változás a Deák Ferenc Megyei és Városi Könyvtár érintette, ahol a tanulást segítő infrastruktúra-fejlesztés részeként teljesen megújult az olvasóterem, a helyismereti és zenei gyűjtemény, a második emeleten pedig rendezvénytermet alakítottak ki. A résztvevőkről Sebestyén Horváth Margit igazgatóhelyettes számolt be.

Elhangzott: a cél az volt, hogy az egész életen át tartó tanulás számára biztosítsanak megfelelő



közösségi tereket és programokat. Az elmúlt tizenkét hónapban a már említettekén túl megújult a könyvtár padlózata, árnyékolása és bútorzata. Több helyre klímaberendezés került, az akadálymentesítés jegyében lépcsőjáró eszközöt vásároltak, illetve automata tojájtók várják a látogatókat. Ezenkívül

új gyermekfoglalkoztató és ovisarok létesült a legkisebb korosztály számára. A projekt másik része informatikai fejlesztésből állt, melynek révén számítógépeket, digitalizáló eszközöket szereztek be, de modernizálták a könyvtár honlapját is. Hasonló infokommunikációs fejlesztésekre került sor a József Attila és az Apáczai Csere János Tagkönyvtárban is.

A projekt hosszú távú hatása pedig az, hogy 2023-ig különféle képzések és rendezvények zajlanak a könyvtár megújult tereiben; szinte minden korosztály számára.

Kiss Gábor mindehhez hozzátette: két másik projektjük is fut. Az egyik – mintegy 21 millió forint értékben – kifejezetten az oktatást segíti, és több iskolával is kapcsolatban állnak. A másik pedig 24 millió forintból az egész életen át tartó tanulást támogatja. Tulajdonképpen ezek alapja volt a most záruló, infrastruktúra-fejlesztést támogató EFOP-program.

A projektzárón Vigh László országgyűlési képviselő mondott pohárköszöntőt, felhívva a figyelmet arra, hogy a digitális korban is nélkülözhetetlen szerepe van a könyvtáraknak és maguknak a könyveknek. Bíz benne, hogy a most megújult közösségi tereket örömmel veszik majd birtokukba a betérők.

FÓKUSZBAN A KORTÁRS LENGYEL KULTÚRA

KÉPZŐMŰVÉSZETI TÁRLAT ÉS IRODALMI EST

■ A krakkói Jan Matejko Képzőművészeti Akadémia V. számú rajzműhelyének alkotásaiból nyílt kiállítás Zalaegerszegen. A Puzzle című tárlat a Városi Hangverseny- és Kiállítóteremben volt látható az elmúlt héten, mégpedig az egyhetes Kortárs Lengyel Underground rendezvénysorozat részeként.

– pet –

A hangversenyteremben rendezett kiállításon huszonhárom fiatal lengyel alkotó munkáit mutatták be január 29-től február 2-ig. Az eseményre öt művész – két egyetemi tanár és három diák – is ellátogatott.

Joanna Urbanska, a budapesti Lengyel Intézet igazgatója a tárlatot megnyitva elmondta: mint azt a cím – Puzzle – is jelzi, egy pillanatkép ez, a kortárs lengyel kultúra aktuális állapotáról. A művek a kompozicionális és formai problémák megoldására tett kísérletek során készültek.

A festmények és grafikák az akadémia hallgatóinak útkeresését mutatják be. Annál is inkább, mert az V. számú rajzműhely célja, hogy a hallgatók a természet megfigyeléseiből kiindulva tökéletesítsék rajztudásukat; elsajátítva a tömör vázlatkészítés technikáját.

Különböző eszközökkel kísérletezve a tanulás során.

A Kortárs Lengyel Underground rendezvénysorozatot szervező Helyi Tájékoztatásért Egyesület részéről Cserpes Attila elnök érdeklődésünkre elmondta: az egyhetes program a Waclaw Felczak Alapítvány támogatásával valósult meg. Magának az alapítványnak a létrejötte egy friss kezdeményezés; a magyar kormány a lengyel kultúrát szeretné Magyarországon népszerűsíteni. Van ennek egy társalapítványa is Lengyelországban, tehát a két nemzet kormányának együttműködéséről van szó. Az országok kulturális életének promóciójára pedig különféle pályázatokat írnak ki. Egy ilyen projektre nyert támogatást a zalaegerszegi egyesület, melynek fő célja az, hogy a fiatalok

számára tegyék vonzóvá és érdekessé a lengyel kultúrát. Cserpes Attila úgy gondolta, hogy ezt az érdeklődést a korosztályi sajátosságok miatt leginkább a kortárs és underground művészetek révén lehet felkelteni. Így született meg a múlt héten lezajlott programsorozat ötlete.

Az egyhetes rendezvényen a zsinagógában nyílt képzőművészeti kiállításon túl, fókuszba került napjaink lengyel irodalma (Kellermann Viktória műfordító látogatott el a PopUp Café irodalmi estjére), valamint a kortárs lengyel rock- és jazzmuzika, de a filmművészet is.

A szervezők remélik, hogy a mostani rendezvény az első lépés volt, és a jövőben még sor kerülhet hasonló kulturális találkozóra a két ország között.



TABLÓKON AZ ISMERT MESEALAKOK

LÁZÁR ERVINRE EMLÉKEZTEK

■ Lázár Ervin (1936–2006) életét és munkásságát eleveníti fel az a tárlat, mely a közelmúltban nyílt meg a Deák Ferenc Megyei és Városi Könyvtárban. A Móra Könyvkiadó vándorkiállítása interaktív, játékos formában állít emléket a meseírónak, „Négy szögletű kerek” címmel.

– pet –

A kiállítást Emőd Teréz kurátor, muzeológus nyitotta meg egy rendkívüli irodalomóra keretében, melyen az Ady-iskola diákjai vettek részt. Szóba került szinte az egész Lázár Birodalom (ami egy mesetérképben is megjelenik); A hétfejű tündérrel, Berziánnal és Didekivel, A négy szögletű kerek erdő lakóival, és persze a Szegény Dzsoni és Árnikaival.

Mint azt a tárlat kurátora elmondta: maga Lázár Ervin is olyan, mint egy mesehős. Ha népmesei alak lenne, minden bizonyítással a vándor figurájára illene hozzá a legjobban. Rácegrespusztán született (melyet történeteiben Rácpácegresnek nevezett), majd később kíváncsiságból végigjárta az ország összes pusztáját. Sok mesét és különös szereplőt



talált ki mindeközben. Írásai azért is tanulságosak, mert segítenek megtalálni és megérteni saját történeteinket.

Az interaktív kiállítás színes táblák segítségével mutatja be

Lázár életútját, munkásságát, megjelent köteteit, sőt néhány személyes tárgyát (például csikos pólóját) is. A március 11-ig látogatható anyag többek között arra is választ keres, hogy miért hétfe-

jű a tündér, amikor a sárkánynak szokott ilyen sok feje lenni, és hogy a Tüncány vajon jó, vagy rossz lény-e? Természetesen mindezekre a mesékben is ott rejlik a válasz.

■ Létezik legális graffiti? Egyáltalán milyen iratlan etikai szabályai vannak a műfajnak? Van-e különbség falírka és művészi színvonalú falfestés között?

Ilyen és ehhez hasonló kérdésekre kaphattak választ az Ady-iskola művészeti gimnazistái azon a workshopon, ami a Kortárs Lengyel Underground rendezvénysorozat részeként valósult meg. A graffitizés etikettjébe és technikájába Kamil Kuzko, a krakkói művészeti akadémia egyetemi adjunktusa, graffitiművész avatva be a diákokat.

A több mint háromórás workshopon a gyerekek először egy előadást hallhattak a graffitiról és a street art-ról, mint műfajról. Kamil Kuzko saját közterületeken lévő munkáit is megmutatta egy interaktív előadás keretében. Az alkotó egyetemi tanárként oktatja is ezt a műfajt a krakkói akadémián. Az adys gimnazisták ezt követően az iskola egyik folyosójának üres falára készítették előbb vázlatokat, majd graffitiket. A workshop lényege abban rejlett, hogy a diákok megértsék és megtapasztalják, hogy a graffitit, mint műfajt művészi szintre lehet emelni. Nem köztereket rongáló falírkákról van tehát szó.

Kamil Kuzko előadásában fel is hívta a figyelmet a graffiti, mint bűncselekmény és falfestés, street art, mint művészi érték közötti különbségre. Utóbbi sokszor ma már

felkérésre is készül. Több európai, amerikai városban van már arra példa, hogy így tesznek leromlott állagú, vagy unalmas épületeket színesebbé, frissebbé. Az igazi street art művészek nem festenek

temetők, templomok, műemlékek falaira.

Alapszabály továbbá, hogy azok az alkotók, akik magas színvonalon űzik e mesterséget, soha nem fúgnak egymás alkotására sem.



Tisztelt Adózó!

Kérjük, adója 1%-ával támogassa a ZALAI GYERMEK ÉS IFJÚSÁGI KÖZALAPÍTVÁNYT!

Főbb tevékenységeink:

- hátrányos helyzetű, tehetséges gyermekek támogatása
- kedvezményes gyermektáboroztatás
- „Gyermekekért” egyéni és közösségi díj adományozása

További tájékoztatást kérhet az alábbi elérhetőségek valamelyikén:

Zalaegerszeg, Kossuth L. u. 47–51.

Tel.: 92/312-770, 06-30/8248-348

www.gyorokiifitabor.hu • info@gyorokiifitabor.hu

Adószámunk: 19270366-2-20 • Köszönjük!

MEGHÍVÓ
ISKOLÁRA FELKÉSZÍTŐ
FOGLALKOZÁSOKRA

Szeretnénk lehetőséget biztosítani szülők és nagycsoportos óvodások számára, hogy bepillantást nyerjenek iskolánk életébe. Gyermek-foglalkozásokkal, valamint iskolabemutatóval várjuk az érdeklődő szülőket és gyermekeiket.

Találkozási alkalmak:

2019. február 11. 16.30
SZÜLŐKNEK
A Mindszenty iskola bemutatása
Iskolavezetés
Dr. Kúnyk Róbert iskolalelkész
pasztorális helynök

2019. február 25. 16.30
SZÜLŐKNEK
Így tanítunk
A leendő első tanítónők bemutatkozása

GYEREKEKNEK
Mesejáték

2019. március 12-13-14-én személyes találkozásra várjuk azokat a családokat, akik a következő tanévtől feltétlenül a Mindszenty iskola közösségéhez szeretnék tartozni. Előzetes regisztráció szükséges. Bővebb információ az iskola honlapján elérhető.

Elérhetőségeink

MINDSZENTY JÓZSEF ÁLTALÁNOS ISKOLA, GIMNÁZIUM ÉS ALAPFOKÚ MŰVÉSZETI ISKOLA
8900 Zalaegerszeg, Gárdai u. 25.
92/510-195 | mindszenty.jozsef@zalaegerszeg.hu | www.mindszenty.net



A kiváló minősítésű
Ady Endre Általános Iskola
az alábbi programokra várja
az óvodásokat és szülőiket:

OVIS NYÍLT NAP

2019. február 23-án
szombaton 9.00 órától

PROGRAMJAINK:
• igazgatói köszöntő,
• művészeti tagozatok
bemutakozása,
• szülői értekezletek.

GYEREKEKNEK:
mesejátékok,
kézműves-foglalkozások.

NYÍLT TANÍTÁSI ÓRÁK
2019. február 27-én,
szerdán 8.00–12.00 óráig.

A leendő első osztályos
tanítók, tanárok órái
látogathatók.

**SZERETTEL
VÁRUNK MINDENKIT!**
Ady Endre Általános Iskola,
Gimnázium és Alapfokú
Művészeti Iskola
Zalaegerszeg, Kisfaludy u. 2.

PÁLYÁZATI HIRDETMÉNY

ZALAEGERSZEG MEGYEI JOGÚ VÁROS KÖZGYŰLÉSE
SZOCIÁLIS, LAKÁS- ÉS EGÉSZSÉGÜGYI BIZOTTSÁGA

PÁLYÁZATOT HIRDET

A ZALAEGERSZEG, ÁTALSZEGETT U. 23/A SZÁM ALATT TALÁLHATÓ
FIATAL CSALÁDOK OTTHONÁBAN MEGÜRESEDETT SZÁLLÁSHELYRE

MEGPÁLYÁZHATÓ SZÁLLÁSHELY						
Cím	Alapterület (m ²)	Szoba-szám	Egyéb helyiségek	Komfort-fokozat	2019. évben érvényes fajlagos lakbér (Ft/m ² /hó)	Havi szállás-haszn. díj (Ft)
Átalszegett u. 23/A						
A fszt. 9.	34	1	előtér, konyha, kamra, fürdőszoba-WC, erkély	össz-komfortos	226	7.684

A szálláshely megtekinthető: 2019. február 7-én 15.45 órától 16.45 óráig a helyszínen. A szálláshelyekkel kapcsolatban információ kérhető a LÉSZ Kft.-től telefonon a 92/312-730-as számon.

A PÁLYÁZAT BENYÚJTÁSÁNAK HELYE ÉS HATÁRIDEJE:

Zalaegerszeg Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatal SZOCIÁLIS ÉS IGAZGATÁSI OSZTÁLYA
8900 Zalaegerszeg, Ady Endre u. 15.

2019. február 19. (kedd).

Pályázatot nyújthatnak be azok a fiatalok, akik az alábbi feltételeknek együttesen megfelelnek;

- **házassági** életközösségben élnek, vagy élettársi kapcsolatuk szerepel az Élettársi Nyilatkozatok Nyilvántartásában, vagy olyan egyedülálló személyek, akik Zalaegerszegen munkahellyel, vállalkozással rendelkeznek,
- a házastársak (regisztrált élettársak) **legalább egyike kereső** tevékenységet végez, vagy valamely felsőfokú oktatási intézmény nappali tagozatán tanulmányokat folytat,
- a házastársak (regisztrált élettársak) egyike zalaegerszegi lakóhellyel vagy **munkahellyel, vállalkozással** rendelkezik,
- a kérelem benyújtásakor a házastársak (regisztrált élettársak) **egyike sem** töltötte be a **40. életévét**,
- Zalaegerszegen vagy bárhol igazolhatóan **nem rendelkeznek beköltözhető lakással** vagy igazolhatóan olyan forgalomképes **vagyonnal**, mely önálló lakáshoz jutásukat biztosítaná, továbbá **nincs önkormányzati lakásbérleti szerződésük**, illetve családi környezetükben jogos lakásigényüknek megfelelő elhelyezésük nem oldható meg,
- rendelkeznek **induló előtakarékossgal** (legkisebb összege 285.000 Ft), valamint vállalják a **havi kötelező előtakarékossgát** (legkisebb összege 21.375 Ft),
- az épületben történő elhelyezés feltételeit magukra nézve kötelezőnek elismerik, és kötelezettséget vállalnak a szálláshasználati **szerződés megkötésére**,
- **lakásügyük végleges rendezéséről egyénileg**, legkésőbb a szálláshasználati szerződésben foglalt határidő lejártáig gondoskodnak.

A pályázat benyújtásának módja:

A pályázatokat valamennyi szálláshelyre a Polgármesteri Hivatal által díjmentesen biztosított, **e célra rendszeresített nyomtatványon**, az abban meghatározott mellékletekkel, igazolásokkal együtt, zárt borítékban, Zalaegerszeg Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatal Szociális és Igazgatási Osztályának (8900 Zalaegerszeg, Ady Endre u. 15.) címezve kell benyújtani. A nyomtatványok a Polgármesteri Hivatal Szociális és Igazgatási Osztályán az Általános Igazgatási és Lakásgazdálkodási Csoportnál (8900 Zalaegerszeg, Ady Endre u. 15.) szerezhetők be.

A borítékon a **pályázók neve és lakcíme mellett kérjük a „Jelige: FCSO”** feltüntetését is.

A pályázathoz csatolni kell:

- a pályázók házassági anyakönyvi kivonatának másolatát, vagy a regisztrált élettársi minőség igazolását,
- a zalaegerszegi lakóhelyről vagy munkahelyről, vállalkozásról igazolást,
- munkáltatói, illetve iskolalátogatási igazolást.

Felhívjuk a pályázók figyelmét, hogy a pályázat érvénytelennek minősül, ha

- határidőn túl nyújtották be,
 - nem a rendelet szerinti formanyomtatványon nyújtották be,
 - a pályázó az elbíráláshoz szükséges tényekről és körülményekről nem vagy hiányosan nyilatkozott,
 - a pályázó valótlan adatok közlésével, illetve valós adatok elhallgatásával vagy más módon kívánta megtevesztetni az önkormányzatot,
 - a kiírásban előírt dokumentumok nem kerültek csatolásra,
 - a rendeletben meghatározott jogosultsági feltételeknek a pályázó nem felel meg.
- Nem nyújthat be pályázatot öt éven belül az a személy**
- aki önkényes lakásfoglaló, vagy jogcím nélküli önkormányzati lakáshasználó volt,
 - aki önkormányzati lakásának bérleti jogáról pénzbeli térítés ellenében lemondott,
 - akinek önkormányzati lakásbérleti jogviszonya a Ptk. 6:336. § (3) bekezdése, valamint 6:348. § (1) bekezdése alapján felmondással szűnt meg,
 - aki olyan önkormányzati bérlő háztartásában rendelkezett bejelentett lakóhellyel vagy tartózkodási hellyel, akinek a bérleti jogviszonya a Ptk. 6:336. § (3) bekezdése, valamint 6:348. § (1) bekezdése alapján felmondással szűnt meg,
 - akinek lakhatása jogcím nélküli lakáshasználóként vagy a háztartásában élő más személyként önkormányzati lakbértartozás, külön szolgáltatásokkal kapcsolatos díjtartozás vagy közüzemidíj-tartozás miatt szűnt meg.
- Az öt éves időtartamot az a)–b) pontok esetében a kizárásra okot adó körülmény bekövetkezésétől, a c)–e) pontok esetében a lakás visszaadásának időpontjától kell számítani.
 - Nem nyújtható be pályázat öt év után sem az önkormányzat (önkormányzati lakáskezelő szerv) felé fennálló tartozás megfizetéséig vagy a tartozás behajthatatlanná minősítéséig.

Szálláshasználó kijelölése:

A javaslatételnél és a kijelölésnél az alábbi sorrendben kell a pályázókat előnyben részesíteni:

1. Azok a házastársak, akik zalaegerszegi lakóhellyel rendelkeznek.
 2. Azok a házastársak, akik zalaegerszegi munkahellyel, vállalkozással rendelkeznek.
 3. Azok a regisztrált élettársak, akik zalaegerszegi lakóhellyel rendelkeznek.
 4. Azok a regisztrált élettársak, akik zalaegerszegi munkahellyel, vállalkozással rendelkeznek.
 5. Azok az egyedülálló személyek, akik zalaegerszegi lakóhellyel rendelkeznek.
 6. Azok az egyedülálló személyek, akik zalaegerszegi munkahellyel, vállalkozással rendelkeznek.
- Azonos családi állapottal rendelkezők (házastársak, regisztrált élettársak illetve egyedülálló személyek) közül azt kell előnyben részesíteni, akinek az 1 hónapra eső fajlagos megtakarítása a legmagasabb.

A pályázatot a **Közigyelés Szociális, Lakás- és Egészségügyi Bizottsága bírálja el a beadási határidő letelte után soron következő ülésén (várhatóan 2019. február 25-én)**. A pályázattal kapcsolatos részletesebb információval az Általános Igazgatási és Lakásgazdálkodási Csoport szolgál (Tel.: 92/502-

2019. MÁRCIUS HAVI ÉTKEZÉSIDÍJ-SZEDÉSI IDŐPONTOK

FIGYELEM! E-MAIL-CÍM-VÁLTOZÁS!

kozetkeztetes@zegesz.hu

■ A Zalaegerszegi Gazdasági Ellátó Szervezet tájékoztatja a Tisztelt Szülőket, hogy 2019. JANUÁR hónapban az alábbi napokon, illetve iskolákban lehet étkezési díjat fizetni:

INTÉZMÉNY NEVE	SZEDÉS IDEJE	SZEDÉS HELYE	
Teleki Blanka Kollégium	2019. 02. 18.	13–16 óra	Teleki Blanka Kollégium
	2019. 02. 19.	13–16 óra	
Kovács Károly Kollégium	2019. 02. 20.	13–16 óra	Kovács Károly Kollégium
	2019. 02. 21.	13–16 óra	
Kaffka Margit Kollégium	2019. 02. 20.	13–16 óra	Kovács Károly Kollégium
	2019. 02. 21.	13–16 óra	
Eötvös József Ált. Iskola	2019. 02. 19.	13–17 óra	Eötvös-iskola
	2019. 02. 20.	7.00–13 óra	
Liszt Ferenc Ált. Iskola	2019. 02. 11.	7.00–17 óra	Liszt-iskola
Ady Endre Ált. Iskola	2019. 02. 13.	7.00–17 óra	Ady-iskola
Báthory István Szakgimn.	2019. 02. 20.	12–14 óra	Báthory-szakgimnázium
Landorhegyi Ált. Iskola	2019. 02. 18.	7.00–17 óra	Landorhegyi-iskola
Izsák Imre Ált. Iskola	2019. 02. 21.	7.00–17 óra	Izsák-iskola
Petőfi Sándor Ált. Iskola	2019. 02. 13.	13–17 óra	Petőfi-iskola
	2019. 02. 14.	7.00–13 óra	
Dózsa Ált. Iskola	2019. 02. 12.	7.00–17 óra	Dózsa-iskola
Deák–Széchenyi Szakgimn.	2019. 02. 18.	13–16 óra	Teleki Blanka Kollégium
	2019. 02. 19.	13–16 óra	
Ganz–Munkácsy Szakgimn.	2019. 02. 20.	13–16 óra	Kovács Károly Kollégium
	2019. 02. 21.	13–16 óra	
Kölcsey Ferenc Gimnázium	2019. 02. 13.	10–13 óra	Kölcsey-gimnázium
Öveges József Ált. Iskola	2019. 02. 19.	7.00–17 óra	Öveges-iskola
Zrínyi Miklós Gimnázium	2019. 02. 14.	10–15 óra	Zrínyi-gimnázium
Csány László Szakgimn.	2019. 02. 14.	10–15 óra	Zrínyi-gimnázium

PÓTBESZEDÉS: 2019. FEBRUÁR 26. (KEDD) 9–17 ÓRA

Az étkezést lemondani, módosítani a tárgynapot megelőző napon 8.30 óráig lehetséges az üzenetrögzítő, **06-80/210-411** ingyenes zöldszámon, illetve a **kozetkeztetes@zegesz.hu**, a könnyebb bizonyíthatóság miatt. **A tanuló hiányzása nem vonja automatikusan maga után az étkezés lemondását.**

Egyéb ügyintézés: 06-30/451-7045; 30/737-0610, 92/510-945
Személyesen: ZeGesz étkezési csoport Zalaegerszeg, Kis u. 8.
Ügyfélfogadás: H–P.: 7–11 óráig, szerda: 13–17 óráig.

Az ügyfélfogadási időpontokat kérjük betartani!

EGERSZEGI ÚSZÓ AZ EURÓPAI IFJÚSÁGI OLIMPIÁN

BETLEHEM DÁVID TELJESÍTETTE A SZINTIDŐT

■ Szombathelyen rendezték meg az úszók IV. Savaria Kupáját, amelyen Betlehem Dávid 1500 méter gyorsúszásban alaposan túlteljesítette az idei nyári Európai Ifjúsági Olimpiára való kijutáshoz szükséges szintidőt. További 21 egerszegi úszó pedig az idénynek megfelelően szerepelt.

Az influenza által megtizedelt mezőny jóval karcsúbb volt a vártól. Így az 1500 méteres gyorsúszásban szinte csak az EuropTec-ZÚK versenyzői álltak rajthoz, s több korcsoportban is sikerült érmekeket elhozni a versenyről. A lányoknál Belső Fanni, Varga Luca, Dóra Csepke és Paksa Borbála is aranyérmes lett korosztályában, míg Scheffer Eszter és Nagy Napsugár ezüstérmet szerzett, Markó Sarolt és Németh Luca pedig bronzéremmel térhetett haza.

A fiúk versenyének tétjét az adta, hogy az Európai Ifjúsági Olimpia (EYOF) szintidejének megúszásáért is küzdöttek versenyzők. Betlehem Dávidnak ez sikerült is, 1500 méteres gyorsan parádés 15:39,72-es időeredményével biztosította helyét a júliusi, Bakuban rendezendő versenyre. Utána a 2. helyen csapott célba Gergye Milán, Gergye Ákos pedig a bronzérmet szerezte meg. A „D” korcsoportban nagyon szép időeredménnyel Jakab Balázs is aranyéremmel térhetett haza.

400 m gyorsúszásban Koltai Vanda nyerte az „F” kategória versenyt, a fiúk „D” korcsoportjában pedig Antal Patriknak sikerült aranyérmet szerezni. Az „E” kor-



csoport egerszegi dobogósai: Varga Gergő 2. hely és Varga Péter 3. hely.

A rövid úszószámok versenyében 200 m hátúszásban Koltai Vandának és Varga Péternek sikerült ezüstérmes időeredménnyel

célba érni, Varga Gergő pedig a 3. helyen csapott célba.

200 m gyorsan ismét Koltai Vanda úszott remek időt, amivel aranyérmet szerzett, Antal Patrik a „D” korcsoport 3. helyét szerezte meg. Balog Áron (2011) pedig most mutatkozott be a legfiatalab- bak között, s egy ezüstéremmel térhetett haza.

Horváth Csaba, az EuropTec-



ZÚK vezetőedzője a versenyt értékelve elmondta, hogy a felkészülési időszaknak megfelelő eredmények születtek, az egyéni legjobb eredmények elérése pedig jelzi, hogy az úszók felkészülése jó úton halad.

JELENTŐS VÁLTOZÁSOK A ZTE FC-NÉL

NAGY REMÉNYEKEL VÁRJÁK A BAJNOKSÁGOT

■ Második feljutó helyen zárta a meghosszabbított őszi idényt az NB II-ben a ZTE FC labdarúgócsapata. A téli szünet során jelentős változások történtek a csapatnál, négyen távoztak, öten érkeztek, de még várható fiatalabb játékosok kölcsönadása. A ZTE-nél sajtótájékoztató keretében számoltak be a változásokról, a tavaszi tervekről.

Sallói István sportigazgató hangsúlyozta, hogy nagy reményekkel várják a tavaszi idényt. A keretben jelentős változások történtek. Megköszönte Végh Gábor többségi tulajdonosnak, hogy a csapat tíz napig Törökországban jó körülmények között edzőtáborozhatott és lehetőséget biztosított a csapat megerősítésére.

Az igazolásokkal kapcsolatban elmondta, hogy Gergényi sérülése miatt az NB II-es szabálynak megfelelő fiatal akartak igazolni a balhátvéd posztra, ilyen azonban nem volt a piacon, ezért Bedi lép hátrébb a középpályáról és a támadó posztra igazoltak játékost. Ősszel olyan pozícióba került a ZTE, hogy tavasszal megfelelő erősítés után jó esély mutatkozik a feljutásra, mintegy bizonyítva, hogy Végh Gábor tulajdonos elkötelezett a feljutás mellett. Annak a véleményének is hangot adott, hogy Babati Benjamin fiatal kora ellenére jó csapatkapitánynak bizonyult, elkötelezett a ZTE NB I-es tagsága mellett. Majd hangsúlyozta, nagyon fontos, hogy a közönség is végig a csapat mellett legyen. Az új játékosok többsége többek között azért is igazolt ide, mivel a ZTE-nek jó szurkolótábor van.

Dobos Barna vezetőedző elmondta, hogy nagyon rövid volt a felkészülés, igyekeztek azt a legjobban kihasználni. Nagy segítségükre volt a törökországi edzőtá-



bor. Kezdetben a fizikai felkészítés került előtérbe, majd az új játékosok érkezésével a taktikai feladatok. Miután menet közben érkeztek a játékosok, még össze kell csiszolni a csapatot. Bizom benne – mondta –, hogy a keret már az első fordulótól kezdve jó eredményekre lesz képes. Van egy álmunk, szeretnénk feljutni az NB I-be, ehhez minden mérkőzésen topon kell lennünk – fűzte hozzá.

Dobos Barna szerint a bajnokság tavaszi idénye során végig csúcsteljesítményt kell nyújtani, hogy a feljutás sikerüljön. Olyan helyzetben vannak, hogy feljuthatnak, de mindenképpen kellene az erősítések. Jó a bő keret, mert sérülések, eltiltások is közbejöhettek. Annak nagyon örül, hogy Bobál és Kocsis érkezésével beindult a kom-

munikáció a pályán, ez eddig hiány volt a csapatnál. Az első négy mérkőzésen nehéz ellenfelek jönnek, de akkor sem pánikolnak be, ha nem minden alakul számukra jól. Három csapat között nagy verseny

lesz a feljutásért. Kiharcolták maguknak ezt a pozíciót, aminek örülni kell, és nem teherként felfogni, élni kell a lehetőséggel.

Babati Benjamin szerint az érkező játékosok mindenképpen erősítést jelentenek. Szép lassan jöttek a csapathoz, ennek ellenére gyorsan beilleszkedtek. A játékosok célja is, hogy jussanak fel az élvonalba. Kérdésre válaszolva elmondta, nem lett más csapatkapitányként, csak nagyobb felelősség van rajta.

Sallói István kérdésre válaszolva elmondta, hogy Balázs Zsolt, aki ősszel – többek között – döntő gólt szerzett és gólpasszokat adott, anyagi és szakmai okok miatt került kölcsönbe Lendvára. A szakmai vezetés úgy látta, hogy a játékos ott több játéklehetőséghez juthat.

TÁVOZÓK ÉS ÉRKEZŐK A ZTE FC-NÉL

■ A magyar átigazolási piac február 14-én zárul, addig még történhetnek változások. A jelenlegi állapot szerint a távozó és érkezők névsora:

Távozók: Kulcsár Kornél (Budafoke), Szasa Popin (?), Horváth Krisztofer (SPAL, olasz) Balázs Zsolt

(Lendva, kölcsönbe). Ekker Milán (Nagykanizsa FC) A keret fiatal tagjainak kölcsönadása még elképzelhető.

Érkezők: Farkas Balázs (MTK), Miroslav Grumics (Haladás), Kocsis Gergő (MFK Karvina, cseh), Bolla Bendegúz (Videoton, kölcsönbe), Bobál Gergely (Csákvár).

KI KELL HARCOLNI A BENTMARADÁST

SZORGALMASAN KÉSZÜL A TARR ANDRÁSHIDA

■ Az őszi idényt 15 ponttal a 14., azaz kieső helyen zárta a Tarr Andrásida SC labdarúgócsapata az NB III-ban. A zalai csapat viszont egyedüli együttesként megélte a tavaszt a Magyar Kupában, ahol az NB II-es Soroksár lesz az ellenfele. Tisztában vannak ugyan az erőviszonyokkal, azonban fővárosiak ellen sem feltartott kézzel lépnek pályára.

– Ráhangoló edzésekkel kezdtek a felkészülést – tájékoztató Dobos Sándor edző. – Később napi egy edzéssel készülünk a bajnokságra és a Magyar Kupa-szerelésre. Négy edzőmérkőzés közül a Körmen ellenit megnyertük, játszottunk a Teskánd és a szlovén Lendva ellen is. Két Magyar Kupa-mérkőzést is játszottunk a bajnoki rajt előtt. A nyitányon ellenlábasunkat, a Sárvár csapatát fogadjuk. A bajnokságban szeretnénk kiharcolni a bentmaradást, amelyre akkor lesz reális esélyünk, ha a tavaszi idény során legalább 20–25 pontot szerzünk. A Magyar Kupát sem adjuk fel, ha már idáig eljutottunk, szeretnénk itt is jól teljesíteni a Soroksár ellen, bár tudjuk, a fővárosiak az esélyesebbek. Már bizonyítottuk, hogy nem ijedünk meg magasabb osztálybeli ellenfelektől, az NB II-es Nyíregyházát kivetkeltük a kupából. A



továbbjutás két mérkőzésen dől el, február 20-án Budapesten, egy héttel később pedig Andrásidán játszottunk ellenük. Felkészülésnek számunk a kupát, azonban nem bánnánk, ha ismét egy jobb eredmény is kijönne belőle.

– Milyen változás történt a játékoskeretben?

– Ferencz Zoltán távozik, osztrák kiscsapatban folytatja. Tárgyalunk Ekker Milánnal, a ZTE játékosával, de ő a Nagykanizsára igazolt. Az ificsapatból felkerült a felnőttkehez Szinay Bendegúz, a súlyos sérülésen átesett Balla Ádámra pedig áprilistól számíthatunk. Nagy valószínűséggel az őszi kerettel kell kiharcolni a bentmaradást.

– Milyen esélyt lát a megkapaszkodásra?

– Az őszi idény során sem játszott le minket a pályán egyetlen csapat sem, a helyzetkihasználással voltak gondjaink. Többször szenvedtünk balszerencsés vereséget. Fontos tényezőnek tartom, hogy az ősszel már többször szerepelt fiatalok rutinosabbak lesznek a tavasz során, ami reményeim szerint az eredményekben megmutatkozik. A sorsolásunk is kedvezőbb, itthon játszunk ellenlábasaink többségével. Bízom a csapatban, remélem, szép tavaszunk lesz és bent maradunk az NB III-ban.

A MÁSODIK HELYRE MÉG LEHET ESÉLYÜK

A ZTE FC NŐI CSAPATA A TAVASZI IDÉNY ELŐTT

■ Az őszi szezonban jól teljesített a ZTE FC NB II-es női labdarúgócsapata a Nyugati csoportban. A zalai lányok öt győzelemmel, két döntetlennel, egy vereséggel, 17 pontot gyűjtve a harmadik helyen állnak a táblán.

– Január végéig elkezdtük el az edzéseket, heti három foglalkozást tartunk a Városi Sportcentrumban – számolt be a női csapat dolgaiért Pergel Andrea edző. – A felkészülés kezdetén a fizikai felkészítés került előtérbe, a későbbiekben a technikai, taktikai képzés. Három edzőmérkőzést játszottunk a március eleji rajtig. Bizom benne, hogy arra már visszavonu-



lót fúj a tél, és viszonylag jó pályákon játszhatunk.

– Történt változás a játékoskeretben?

– Tolnay Fanni munkahelyi elfoglaltsága miatt nem áll a csapat rendelkezésére a tavasz során. Szeretnénk igazolni, tárgyalásban is állunk játékosokkal, de addig nem szeretnék neveket mondani, amíg nem válik biztossá átigazolásuk.

– Tavaszi célkitűzésük?

– Meg szeretnénk tartani harmadik helyünket, s ha úgy adódik, megpróbálnánk előre lépni. A második helyre lehet még esélyünk. A Videoton kiemelkedik a mezőnyből, minden bizonnyal megnyerik a bajnokságot. Egyedül nekünk sikerült egy pontot szerezni tőlük, ami bravúrnak számított.

KÖZGYŰLÉS A TRIÓ EGRSZEG ZTC-NÉL

■ Évi rendes közgyűlést tartotta a Trió Egerszeg ZTC tájékoztató futó klub. A közgyűlés napján az Alsóerdőn előbb háziverse- nyen vettek részt az egyesület sportolói, délután a tekével ismerkedtek, majd következett a tanácskozás.

Fehér Ferenc elnök részlete- sen ismertette az elmúlt év eredményeit. A tájfutók 2018-ban is jól teljesítettek, 13 bajnoki érmet szereztek, mellette nagy létszámú utánpótláscsapat jött létre a klub- nál. A sikeres pénzügyi pályázatok mellett régi és új szponzorok támogatják a ZTC-t. Ennek eredményeként az egyesület anyagi helyzete stabil.

A közgyűlésen megjutalmazták az elmúlt évben jól teljesítő sportolókat. A felnőtt férfiakkal a tájkerékpáros vb-n és Eb-n jól

szerepelt Fekete Ágoston lett a legjobb. A nőknél a legfiatalabb senior korosztályban a négy bajnoki címet szerző Sárcs Éva végzett az élen. Az utánpótláskorú lányoknál Dely Virág Anna, fiúknál Csertán András lett a képzet- belbi bajnok. A legtehetségebb gyermek sportolónak járó Galambos Péter- emlékdíjat Takács Ticiának ítélte oda a klub vezetése.

A közgyűlés zárásaként a küldöttek elfogadták a klub 2019. évi szakmai, pénzügyi tervét.

ISPITA ALAPÍTVÁNY

Kérjük, adója 1%-ával támogassa alapítványunkat

a Zala Megyei Kórház betegeinek gyógyulásáért!

Adószám: 19274391-2-20

Bankszámlaszám: 10104961-07114362-00000000

Felajánlásukat a fizioterápiás medence felújítására gyűjtjük.

KÖSZÖNJÜK SEGÍTSÉGÉT!



ÚJRA NŐ A MINIMÁLBÉR.

A minimálbér 149 ezer forintra, a szakmunkás minimálbér 195 ezer forintra nőtt január 1-jével. Így már több mint kétszer annyi, mint 2010-ben volt.

