

SKANZENFEJLESZTÉS



■ Zajlik a Göcseji Falumúzeum fejlesztése, jelenleg a Hencz-malom homlokzati felújításán dolgoznak a szakemberek. Mint ismert, a város egy TOP-projekt keretében közel 150 millió forint vissza nem térítendő támogatást nyert az 1968-ban megnyílt skanzen fejlesztésére.

– pet –

A következő hónapokban zajló munkálatok részleteiről a helyszínen rendeztek sajtóbejárást. Tol-

vaj Márta, a projektért felelős önkormányzati főtanácsadó elmondta: már az 1968-as nyitása óta vágy, hogy egy igazi göcseji falut sikerüljön kialakítani. Azonban az

elmúlt több mint ötven évben nem tudták az ehhez szükséges épület-együtttest megjeleníteni a helyszínen. Most a TOP-pályázatnak köszönhetően megvalósulhat a régi álmom, vagyis felépülhet egy 19. század végét, 20. század első felét bemutató, jellegzetes göcseji falu. A tájegységre jellemző épületekkel és néprajzi elemekkel.

(Folytatás a 2. oldalon.)

KÓRHÁZI KÖZLEMÉNY

■ A Zala Megyei Szent Rafael Kórház kéri a hozzátartozókat és az intézményvezetőket, hogy az I-es belgyógyászati és infektológiai osztály beteget – köztük a koronavírussal vagy koronavírus gyanújával kezelt páciensek – állapota iránt kizárólag 13 és 16 óra között érdeklődjenek telefonon.

A kórház Facebook-oldalán is olvasható közlemény szerint: a délelőtti vizsgálatokkal telik, így pontos információkat is csak ezek után tudnak közölni. Ugyanakkor a hívások megakasztják a kezeléseket és a vizsgálatokat.

A fertőző osztályon fekvő koronavírusos páciensekről a 92/507-500/1395 vagy 1956-os melléken, míg az F épületben lévő Covid-osztályon kezeltéről a 92/507-500/3300 vagy 3301-es melléken kérhetnek tájékoztatást az információkérésre jogosultak.

Mindazokat, akik a 13 és 16 óra közötti időkereten kívül telefonálnak, arra kéri majd, hogy ismételjék meg a hívást a fenti időszakban. A betegek ellátása az elsődleges feladat, és ennek megfelelően kívánnak eljárni. Türelmüket és megértésüket köszönik – áll a közleményben.

AKCIÓ!

20-40%-os kedvezmény

NYILÁSZÁRÓK, REDÓNYÓK,
SZALAGFÜGGÖNYÖK, NAPELLENZŐK
SZÚNYOGHÁLÓK

Telefon: 06-30/936-1535



ELADÓ 1.3-AS BENZINES FORD FIESTA FRISS MŰSZAKIVAL, JÓ ÁLLAPOTBAN.

Érdeklődni a 06-30/251-3647 telefonszámon!



Rendezvényekre, lakodalmakra
hagyományos és egyedi torták,
sütemények készítését vállaljuk!

Telefon: 92/346-197

ZALAEGERSZEG,
TÜTTÖSSY u. 20.
edensuti@gmail.com

Nyitva
hétfő-szombat: 8.00-18.00
vasárnap: 8.00-12.00 óráig

A MEGFELELEST MOST EL KELL ENGEDNI

ÖNISMERET ÉS ONLINE SZOLIDARITÁS A KARANTÉN ALATT

■ A magyarországi veszélyhelyzet kihirdetése óta szinte mindannyiunk élete jelentősen átalakult. Sokan egyedül maradtak a karanténban, míg másoknak épp az lehet zavaró, hogy kis helyen van összezárva családtagjaikkal. Rádásul minden eddiginél több időt töltünk az online térben is.

– pánczéiPetra –

A másokkal való kommunikációnkra, a saját lelki és fizikai életünkre egyaránt kihat a járvány miatt kialakult helyzet. Ennek néhány pszichológiai vonatkozásáról beszélgettünk Nagy Réka klinikai szakpszichológussal. Az apropót többek között az is adta, hogy a szakember hetek óta önismereti feladványokat tesz közzé a Facebook-oldalán.

– Ezek a játékos önismereti feladványok egyrészt jó kapcsolódást nyújtanak a karantén idején, de tanítanak is, információt adva önmagunkról. Miben segíthetnek ebben a furcsa időszakban?

– Az önismeretnek különböző mélységei vannak. A közzétett feladványok valóban könnyed szórakozást jelentenek, hiszen szinte mindannyiunkban ott a kíváncsiság, hogy kik is vagyunk, vagy miért viselkedünk egy adott szituációban bizonyos módon, de az is érdekes, hogy miként látnak bennünket mások. Játsszani felnőttként is jó! A kulcsszó pedig a játék, hiszen azt, hogy mennyire kell komolyan venni a kapott válaszokat, attól is függ, hogy milyen pszichológiai háttere van egy-egy feladatnak, kik és milyen céllal állították össze. Az viszont nagyon jó, ha valakinek egy ilyen játék felkelti az érdeklődését a mélyebb önismeret iránt, vagy egyszerűen csak elgondolkodtatja egy-egy válasz. Néha meglepően találó tud lenni a megfigyeltetés.

– Életünk jó része már a járvány ideje előtt is az online térben zajlott, most viszont a munkától a szórakozáson és a rokonokkal, barátokkal való kapcsolattartáson át, szinte minden percünket ott töltjük. Mit tehetünk a digitális kimerülés ellen? Mi jelezheti azt, hogy már túl sok az információ, túl sok az eszközök „babrásásával” eltöltött idő?

– Az online lét most még hangsúlyosabban lett egyszerre áldás és átok. Természetes igény, hogy amikor otthon kell maradnunk, és a fizikai szociális kapcsolattartás korlátozott – vagyis nem találkozhatunk családtagokkal, barátokkal, ismerősökkel – akkor megnő az online szolidaritás iránti igény. Ez korunk hatalmas előnye, hogy ilyen módon kompenzálni tudjuk a társas intimitás iránti vágyunkat. Az online kapcsolattartás segít megküzdenni a magánnyal, a bezártsággal, valamint mi is tudjuk így érzelmileg támogatni szeretteinket.

ket. Még szerencsésebb esetben tudunk tanulni és dolgozni is, de hozzájárul a kontrollérzéshez az is, hogy tájékozódhatunk a világ dolgairól.

Nagyon nehéz viszont most az olyan idős embereknek, akik jó részt személyesen tartották szeretteikkel a kapcsolatot. Ők nagyon magukra maradtak. Ami a kérdés másik részét illeti, a baj ott kezdődik, amikor nem vesszük észre időben, hogy a digitális létünk már nem pozitív, hanem ellenkezőleg, negatív érzésekkel tölt el bennünket. Ha állandóan a híreket böngésszük és a közösségi oldalakon bolyongunk céltalanul, az fokozza a szorongást, a depressziót, ami irigységet, magányosságérzést fog eredményezni. A mérték fontos itt is, mint a legtöbb dolog esetében.

(Folytatás az 5. oldalon.)

MEGNYITOTTUNK!!!

Windoor
NYILÁSZÁRÓK KÖZVETLEN

RAKTÁRÁRUHÁZ

Nyitva: hétfőtől-péntekig: 8.00-16.00; szombaton: 7.00-12.00
8900 Zalaegerszeg, Hock János u. 61.

Új, műanyag nyílászárók
raktárkészletről, garantáltan a legjobb áron!

www.windoor.hu/raktararuhaz

Acél-szerkezetes Bomstal garázsok

Korszerű technológia!

165.000 Ft-tól

Horganyzott vázszerkezet, színes lemez!
3x5 méteres
*Három színből választható: szürkés, fehér.

Csarnokok, tárolók különböző méretben

109.800 Ft
Kutyakennel 3x2 m

**Megrendelés: 06-30/748-5923
06-30/747-7376 www.bomstal.hu**

Áraink a szállítást, összeszerelést is tartalmazzák!

MINDEN RÁSZORULÓNAK ADNAK A KÜLTÉRÜLETEK BIZTONSÁGI ÉVE

EGY DÉLELŐTT AZ ADOMÁNYKÖZPONT „JÁRATÁVAL”



■ A Zalaegerszegen két éve működő adományközponthoz látogattunk, megnézni, hogyan módosultak feladataik mostanában, amikor sokaknak nem könnyű. Náluk egyébként is mindennaposak az élelmiszer-csomagért betérő emberek. És, amint Dudas Gyula, az adományközpont vezetője elmondta, olyan még nem volt, hogy valamit ne tudtak volna adni.

– b. k. –

– Másfél éve vettük fel a feladataink közé az élelmiszer-csomagok továbbítását a Magyar Élelmiszer Bank közreműködésével, valamint számos pékség felajánlásának köszönhetően. A fogyasztásra még alkalmas, de nem első osztályú ennivalókhoz jutunk így hozzá, melyeket még átválogatunk, csomagolunk és kiszállítjuk az érintettekhez. Bár elsősorban a nehéz körülmények között élő mozgássérülteket támogatjuk (500 fő), de bárki fordulhat hozzánk. A mostani helyzet miatt, a biztonságuk miatt az idősebbeknek nem juttatunk el adományokat (elsősorban ruhaneműt). Viszont gyakran a Családsegítő Szolgáltatól irányítanak hozzánk családokat. Van, hogy a szomszédok hívják fel a figyelmet a nehéz körülmények között élőkre, oda hívás nélkül is megyek – mondta Dudas Gyula, s valóban a hétfői körön két ilyen kisgyermekes családnál is megállt az autó, s mint egy igazi Mikulásnak, csak nagy csomag élelmiszer maradt a nyo-

mában. De minden portánál botlал, kerekesszékekkel közlekedő hálás lakók jönnek elő a csengőszóra, hálás mosollyal, néhány jó szóval az ajkukon.

– **Volt-e olyan nap, mondjuk, amikor kitört a nagy felvásárlási láz, hogy nem tudtak adni?**

– Mindig tudtunk. Sőt utána, mivel sokan otthon kezdtek sütögetni, több pékáru megmaradt a boltokban, így nekünk több jutott. Ugyanígy húsvét előtt, hogy ne vesszen kárba, a szokásosnál több zöldséget és gyümölcsöt kaptunk. Így az ünnep alatt is járat volt. Dél előtt Zalaegerszegen megyünk, délután vidékre. Az egész megye területén. Sajnos, elmondhatatlan mély szegénységgel is találkozunk. Azt látni, amikor valaki valóban éhes. És ez olyan szívszorító, ami miatt mindennap menni kell.

– **Ez ad erőt?**

– Ez is, és hogy megtapasztaltam a saját életemben is, milyen az, ha segítségre szoruló van a családban. És ez bárkivel megeshet. Az kell, hogy szívből tegyük a dolgunk, akkor nem fáradunk el. Olyan ez, mint a foci, aki szereti,

az egész nap bírja. De nemcsak az anyagi helyzet, hanem az egyedüllét is nehézség. Van, akinek az önkéntes munka a segítség erre. A két év alatt sok tapasztalatot gyűjtöttem, sokan tudják, hogy hozzánk lehet fordulni, én is tudom, kiben bízhatom. Egy egész önkéntes csapat dolgozik mögöttem. Nekik sok köszönet jár. Van, hogy polgármesterek fordulnak hozzánk a falujukban hirtelen munkanélkülivé vált családok támogatásához. Zalaegerszeg polgármestere pedig pénzadománnyal (100 ezer forint) segítette miniket, ahogy Tolvaj Márta alpolgármester tárolóhelyiségek szerzésében, vagy Németh Gábor önkormányzati képviselő adománykiszállításban. De sportolók, harcművészek, vagy éppen szurkolói kör, cégek, civil szervezetek is támogatnak minket – teszi hozzá az egykori sportoló, aki jelenleg a Mozgássérültek Zala Megyei Szervezetének elnöke, akinek egész nap, egész héten ott van a szeme rászorulókon.

– **Ön mindennap vállalja ezt a feladatot. Érezte már, hogy a jótett helyébe jó jár?**

– A saját betegségem alakulása kapcsán mindenképpen. Akár magatehetetlen is lehetnék, ehhez képest minden napot csúcsra járatok. De az úgynevezett „véletlenek” gyakran segítik a munkámat. A Balatoni út 3. alagsorában lévő adományközpontban hétköznap délelőttönként várják az adományozókat és a rászorulókat egyaránt.

gítségét kérték, hogy mely családoknál van leginkább szükség erre a támogatásra. A négy zalai településen 120 családot segítettek egységscsomaggal ily módon.

Hangsúlyozta: az MSZP nem ért egyet az önkormányzati forráselvonással. Ez Nagykanizsa esetében legalább 150 millió forint, míg Zalaegerszeg esetében közel 300 millió forint adóbevételek kiesést jelent. Mint mondta, az önkormányzatoknak inkább több pénzt kellett volna adni a koronavírus-járvány elleni védekezésre.

BEMUTATJUK AZ ÖREGHEGYI POLGÁRŐRÖKET

■ Hat éve alakult meg a Besenyő és Öreghegy Polgárőr Egyesület. A kezdő negyvenfős tagság mára majdnem megkétszereződött. Nemcsak védik a közbiztonságot és a környezetet, de közösségformáló erejük és tevékenységük is van. Dancs István elnökkel beszélgettünk.

– **bánfi kati** –

– Az alapfeladatunk szerint védjük az értékeinket. Ez lakossági igény volt, mivel kisebb betörések voltak Öreghegyen. De amióta szolgálatot teljesítünk, nem volt ilyen elkövetés. Visszatartó ereje van a mindennapos jelenlétünknek. A szolgálatot bejelentjük a rendőrségnek is, így ők is tudják, hogy hol és mire lehet éppen számítani szükség esetén. De a célnak a megelőzés – mondta Dancs István egykori rendőr alezredes. – Vannak támogatóink, akik életkoruk vagy egészségi állapotuk miatt nem tudják kivenni a részüket a gyalogos járőrözésből. Jelen helyzetben a hatvanöt év felettieket nem kérjük fel szolgálatteljesítésre.

– **Élekor szerint milyen a csapat?**

– Többségében idősebbek. De rokon és baráti szálak révén vannak fiatalok is. Együttműködési megállapodásunk van öt középiskolával, az ötvenórás önkéntes szolgálatot nálunk is lehet teljesíteni. Ezt a lehetőséget mindenképpen kihasználjuk, mert az ifjú polgárőrök aztán itt ragadhatnak, igazi polgárőrként, ahogy erre van is példa.

– **Mekkora terület tartozik Önkhöz?**

– Az összes utca bejárva hét kilométer. Részben lakják, részben hétvégi házak, pincék vannak itt. És egy olyan közösség, ahol még

beszélgetnek, jószomszédi viszonyt ápolnak az itt élők.

– **A közösségi életet a polgárőrök is erősen építik.**

– Igen, több rendezvényünk



van az év során, amit kedvelnek az érintettek. A farsangi polgárőrbált még meg tudtuk tartani. A hagyományos Borút megrendezésre került, de a családi nap biztosan elmarad, kérdéses a Péter, Pálnapi búcsú és a nyári kirándulások is. Adventkor is közös fát állítunk a kápolnához. Az idén újdonság lesz majd itt a madárgyűrűzés-bemutató.

– **Ez a környezetvédelmi tevékenységük hozadéka?**

– Minden tavasszal akciót hirdetünk fák metszésére, szemétszedésre, amit Gecse Péter, a terület képviselője is támogat. Né-

hány éve az aranyoslapi béka-mentéshez is csatlakoztunk, ezért kaptuk cserébe a madáretetőt és a gyűrűzési bemutatót.

– **Vannak most speciális feladatok?**

– Mindig odafigyelünk az itt élőkre, de szerencsére most nincs olyan lakó, aki ne tudná ellátni magát. Sokat segít ebben a néhány hete működő mozgóbolt,

melyért szintén Gecse Péter járt közben. Szintén nagy segítség lesz, már várjuk, ha az ígéreteknek megfelelően megindul a buszjárat is ide.

– **Egyéb?**

– Részt vállalunk a megyei szövetség munkájából is, ahol alelnöki posztot töltök be. Az idén meghirdetett kiemelt feladat a külterületek biztonsága, ami teljesen passzol a mi egyesületünk tevékenységéhez.

– **Elégedett a csapattal?**

– Nemcsak én, 2017-ben a megyében mi érdemeltük ki „Az év polgárőr-egyesülete” elismerést.

INTERAKTÍV, ÉLŐ HELYSZÍN LESZ

SKANZENFEJLESZTÉS: EGY IGAZI GÖCSEJI FALU LÉTESÜL

(Folytatás az 1. oldalról.)

Elhangzott: a tervek előkészítése és az ehhez szükséges szakmai egyeztetések már 2015-ben elkezdődtek, ennek során egy megvalósíthatósági tanulmány is készült. A múzeum néprajzosainak jóvoltából pedig elkezdődött a még fellelhető korabeli épületek „gyűjtése”, feltérképezése. Már nemcsak a zsúpfedeles házakról van szó, hanem a tornác és az úgynevezett „kódisállásos” épületekről is. A cél az, hogy a jövőbeni skanzen ne csak egy egyszerű sétáló múzeum legyen, hanem interaktív, élő helyszínné váljon. Bemutatva a kismesterségeket, a gasztronómiát és a viseletet. A tervek között az is szerepel, hogy az újonnan kialakított műhelyekben az egyes régi szakmákat „vissza is tanítsák” az érdeklődőknek.

Tolvaj Márta azt is elmondta, hogy a projekt három nagy eleméből áll. Ennek első része a most zajló Hencz-malom homlokzati felújítása. De az első ütem részeként épül meg a Rámi kápolna és a vele szomszédos temetődomb is. A kápolna a Rám település területén található épület hasonmásként valósul meg, hagyományos falazott szerkezettel, cserépfedéssel, fehérrézest falakkal. Muzeológiai tárgyként oltárt és harangot is beépítenek. A mellette lévő temetődombra pedig megmentett fejfákat, kereszteteket telepítenek. A projekt további részeként a skanzenhez új fogadóépület, étterem, ren-

dezvénypajta és parkoló is létesül. De a Magyar Olaj- és Gázipari Múzeumhoz közel felépül két, az 1940-es évek elejét jelképező MAORT-ház is. Ezek egyrészt átmenetet jelentenek a skanzen

ték lesz, ha minden elkészül – fogalmazott Vigh László országgyűlési képviselő. Hozzátette: az a cél, hogy hiteles és élő legyen a skanzen. Vagyis minél több elemet sikerüljön bemutatni a göcseji vi-



és a MOGIM, valamint a 19. és a 20. század történelme és építészete között.

A további fejlesztési szakaszokról Bali Zoltán alpolgármester szólt. Kiemelte: a 2. és a 3. ütem részeként sor kerül majd többek között Szabolcs Péter Király és Királyné című szobrának áthelyezése, egy I. világháborús kereszt felépítésére és egy pákászkunyhó kialakítására. Végül pedig áthelyezik a kástut is a mostani helyéről a parasztporták közelébe. A további építkezések indulásához még kormányhatározatra várnak.

A falumúzeum igazi unikális ér-

dék és a régi falvak életéből, hagyományából.

A sajtóbejáráson részt vevő Makovecz Tamás, a térség önkormányzati képviselője a projekthez kapcsolódó külső fejlesztéseket ismertette. Mint mondta, nemcsak parkoló létesül, hanem új lehajító-sávot is kialakítanak és közmű-rekonstrukcióra is készülnek.

A skanzen fejlesztése – mely előreláthatólag 2021. április 30-ig tart – szervesen kapcsolódik azokhoz a nagy városi projektekhez, melyeknek a célja Zalaegerszeg turisztikai vonzerejének növelése.

www.zalamedia.hu

SEGÍTSÉG A BAJBAJUTOTTAKNAK

MSZP: SAJTÓTÁJÉKOZTATÓ

■ A koronavírus-járvány miatt nehéz helyzetbe került zalaegerszegi, nagykanizsai, zalaszentgróti és lenti családoknak közel 500 kilónyi, tartós élelmiszerekből, tisztasági és fertőtlenítőszerkből álló adományt osztott ki az MSZP Zala Megyei Területi Szövetsége a párt országos akciója keretében.

Dr. Fodor Csaba megyei elnök elmondta, hogy országgyűlési képviselőik a mostani tiszteltő-emelésükből adódó különbözetet felajánlották a szocialista frakció már meglévő szolidaritási alapjába. Az ebből összegyűlt 4 millió forintból vásároltak közel 12 tonnányi tartós élelmiszert és tisztítószeret, amelyből

minden megyébe juttattak. Azokat a családokat kívánták ezzel segíteni, ahol már valamelyik családtag elvesztette munkáját, vagy csökkentett munkaidőben dolgozik, és ezért kevesebb pénzt visz haza a koronavírus-járvány miatt kialakult helyzet miatt. Az adomány elosztásában a helyi szocialista képviselők se-

GAZDASÁGVÉDELMI AKCIÓTERV



**bértámogatás
a veszélyeztetett
munkavállalóknak**

**adócsökkentés
a munkahelyek
megtartásáért**



**0 százalékos hitel
a vállalkozóknak**

**a hiteltörlesztések
felfüggesztése**



**a 13. havi nyugdíj
visszaépítése**

Megvédjük a munkahelyeket, és biztosítjuk a családok megélhetését.

EGYETLEN MAGYAR SINCS EGYEDÜL.

MADÁRLES A SZOBAABLAKBÓL

22 ÉV ALATT 95 FAJT FIGYELT MEG

■ Példát vehetünk a madarászokról, akik számára kiemelt elfoglaltság a természet megfigyelése. Teszik ezt a mostani korlátozott körülmények között is, felhasználva az időt a szűkebb lakóter ökoszisztémájának feltérképezésére. Ha máshonnan nem, az erkélyről ezt mi is megtehetjük, megnyugvásra lelve a látványban és a csicsérgésben. Gál Szabolcsal, a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület tagjával beszélgettünk.

– b. k. –

Gál Szabolcs a MME-n belül azt a bizottságot vezeti, mely az országban ritkábban előforduló madárfajokat hitelesíti. Az ő szemé tehát kiélezett az érdekességekre.

– A lakott terület ugyanúgy az ökoszisztéma része, akár egy láprét, vagy egy öreg tölgyes. A határokat nem ismerő természet ezeket a helyeket is belakja. A madarak közkedvelt lakótársaink a városokban. Vannak fajok, amelyek máshol nem is élnek, csak a közeliünkben. Mások városban belül és kívül is jól megvannak, illetve csak időszakosan, vonuláskor tartózkodnak az ember közelében. Egy átlagos zalaegerszegi kertvárosi házban élek, kilátással a Jánka-hegyre. Az itt tapasztaltak alapján elmondhatom, hogy az év során bármelyik kertben meg lehet figyelni ötven-hatvan madárfajt. Az elmúlt huszonkét év alatt több mint kilencvenöt fajt figyeltem meg ott-hon. Ebben az úgynevezett „kertlistában” persze olyan fajok is akadnak, amelyek nem voltak a

kert területén, de onnan láttam, esetleg hallottam őket. Így az ember kertlistája még a városban is igen nagy lehet, ha rálát egy jó területre. Ez persze nem tudomá-



nyos munka, pusztán egyfajta madarász szórakozás, de bezárt időszakokra ez is megfelel.

– **Milyen fajokra lehet felkészülni?**

– Zalaegerszeg belterületein több mint 50 madárfaj fészkel, és még ennél is több telet vagy vonulást rendszeresen. A leggyakoribb

állandó madaraink a balkáni gerle, nagy fakopáncs, fekete rigó, széncinege, verebek (házi és mezei), az erdei pinta, zöldike és a tengelic. Ezek a madarak kosztolnak a téli etetőnkön, fészket raknak a kerti bokrokban, fákra, a kirakott vagy természetes odvakban, alkalmasint a házban. Kevésbé ismert állandó pintyfajok is költenek itt, mint a piros mellényes kenderike és az erős csőrű meggyvágó. A sok örökzöld okán

az alpesi elterjedésű búbos- és fenyvescinege és a legkisebb madarunk, a sárgafejű királyka fészkel a városban. Az öreg gyümölcsfákkal tarkított környékeken zöld küllők és balkáni fakopáncsok is fészkelhetnek.

Vannak fajok, melyek csak tavaszról őszi fordulnak nálunk elő.

Legkorábban az örvös galambok és a seregélyek érkeznek meg, már februárban. Mindkét faj kisebb-nagyobb csapatokban vonul, és ezeket is gyakran lehet észlelni a város felett. Az örvös galamb már mindegyik fával tarkított belterületünkön fészkel, de pár éve a nagytemplom is találtam fészkelőt.

A nyár közeledtével egyre több madár foglalja el a köztereket. A barátposztáták, kis posztáták, csilpcsalpfűzikék, az énekes rigók is mindenfelé gyakoriak a lombok közt. A túlevelűek csúcsain hangzik fel csicsörke bonyolult éneke. A molnárfecske költ a tömbházakon is, sokszor telepesen él, míg a füstifecske inkább falusi porták, istállók költőfaja. Mindkét fajon nagyban segíthetünk, főleg a száraz tavaszokon, ha „sarazóhelyeket” létesítünk számukra, vagy műfészkeket helyezünk ki az ereszek alá. Az odúban költő fajokat is nagyban segíthetjük öreg fák híján mesterséges odvak kihelyezésével. Ilyenekbe gyakran költözik kék- és széncinegék, házi rozsdafarkúak, mezei verebek, nyaktekercsek, vagy barázdabillegetők is. A teraszokon lógó kaspók, a kinti villanyórak teteje gyakran szürke légykapók fészkelőhelyévé is válhat. Rengeteg természetbarát praktikat alkalmazhatunk, de ezeket például az MME honlapján és szakkönyvekben is szépen összefoglalva megtalálhatjuk.

– **A madarászok azon szimpatikus emberek, akik csupán lencsevégre akarják kapni a madarakat.**

– A városi fajainkat fotózni a kertben a legegyszerűbb. A jó madárfotókhoz drágább technika szükséges, de ha építünk egy lest, vagy kirakunk egy sátrat amiben elbújhatunk, mondjuk egy itatóhoz, bokorhoz vagy akár az erkélyen, de az ablakból kisebb nyitástú gépekkel is szép eredményt tudunk elérni.

POLGÁRAVATÁS HELYETT FAÜLTETÉS

835 KÖZÉPISKOLÁS BALLAG AZ IDEI TANÉVBEN



■ Idén a járványügyi helyzet miatt elmaradnak a színenádok, a ballagás és minden olyan megszokott mulatság, amivel a végzős diákok elbúcsúznak iskolájuktól, tanáraiktól, osztálytársaiktól.

– pet –

Zalaegerszegen már az 1990-es évek vége óta hagyomány a polgárávató ünnepség is, mely egyfajta jelképes gesztusa annak, hogy attól kezdve a végzős diákokat felnőtt polgárai között tartja számon a város. Az elmúlt évtizedek alatt több helyszíne is volt már ennek a vidám eseménynek (Dísz tér, Városi Hangverseny- és Kiállítóterem), két évvel ezelőtt pedig a diákönkormányzat kezdeményezésére új elemmel bővült az avatási ceremónia: a végzős diákok juhárát is ültetnek a Békéligetben.

Most a felhőtlen ünneplés ugyan elmarad, ám a város mégsem szeretett volna elfeledkezni mindazokról, akik most fejezik be középiskolai tanulmányaikat. Ezért

Balaicz Zoltán polgármester és Bedőcs Anna diák-alpolgármester (Csány SZKI) jelképesen elültettek egy juhárát a Békéligetben, az 2018-ban és 2019-ben ültetett fák szomszédságában. Így egy fa azokat a diákokat is mindig visszavárja Zalaegerszegre, akik ebben a furcsa, 2020-as évben végeznek középiskolai tanulmányaikkal.

Az eseményen részt vevő Velkey Péter humánigazgatási osztályvezető elmondta: 835 ballagó diák van az idei kurta tanévben. 458-an szakképző iskolában, 377-en pedig gimnáziumban fejezik be tanulmányaikat.

ALCÜFER
IPARI, KERESKEDELMI ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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:**

20 Ft/kg



**Elektronikus ügyintézés:
Telefon: 06-92/598-481**

Időpont-egyeztetés! (Előre kért időpont)

A HÁZHOZZÁLLÍTÁS



SALVO
BÚTORÁRUHÁZ

8900 Zalaegerszeg, Sport u. 2.
• Tel.: 92/314-140
8800 Nagykanizsa, Teleki u. 19.
• Tel.: 93/311-198
7400 Kaposvár, Jutai u. 2.
• Tel.: 82/526-289

Nyitva: hétfő–péntek: 9.00–17.00, szombat: 9.00–12.00.
www.salvobutor.hu

Az akció május 23-ig vagy a készlet erejéig tart! - Az akció csak a zalaegerszegi üzletünkben érvényes! - Az árak az áfát tartalmazzák! - A képek illusztrációk

HÉTFŐTŐL TELJES NYITVATARTÁS
9.00–17.00 ÓRÁIG!

FRANCIAÁGYAK - SAROKÜLŐ-GARNITÚRÁK



BEVEZETŐ ÁRON, 10% KEDVEZMÉNNYEL!

VERA HÁLÓSZOBABÚTOROK

GARDRÓB, KOMÓD, FRANCIAÁGY, ÁGYKERET, ÉJJELISZEKRÉNY



TÖBBFÉLE SZÍNEN, KEDVEZMÉNYES ÁRON!

BILLERBECK MATRACOK



**20%
AKCIÓBANI**

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

FELVÁLLALHATÓ DIVATRÓL VAN SZÓ SZÍNÉSZEK A KARANTÉNBAN

FARMER, MAGAS SARKÚ CIPŐ, HÍMZETT ING

■ Az öt évvel ezelőtt indult „mozgalmat”, miszerint a népviselet napján, április 24-én, öltözzünk legalább jelzésszerűen népviseletbe, az idén sem hagyták veszni az elkötelezettségüket. Bár a szervezés bonyolultabb, a megjelenés az idén egyéni és távolságtartó volt, az értéket most is magukra vették. Zalaegerszegen ennek a felhívásnak az „élharcosai” a Zalai Táncegyüttes keretein belül működő Szarkaláb női csoport tagjai. Ők már napokkal az esemény előtt szervezkedtek telefonon és online.

– B. K. –

A fent említett hölgyek az idén immár hatodszor tettek eleget a felhívásnak. Számukra népviseletet hordani egyébként sem megérőltető, néhányuk a fellépőruháját is saját kezűleg hímmezte. S bár az ország egyes területein még napi gyakorlat akár a piacra vagy a műsére menni népviseletben, a legtöbb helyen ehhez már felhívás kell.

– Nem gondolom sem életszerűnek, sem hitelesnek, ha teljes népviseletet öltöttünk volna a munkahelyre vagy bevásárolni. Sokkal inkább cél és feladat volt kiválasztani a viselet egy darabját, szoknyát, mellényt, hímzett blúzt, vagy akár csak egy pántlikát a hajba, nyakláncot, gyöngyös fülbevalót, és ezt hordani egész nap a ma szokásos öltözkéssel kombinálva. Akkor is, ha most kivételesen ezt csak a családtagok és a szomszédok értékelhették, nézhették. Akár farmerral, magas sarkú cipővel is jól mutat egy szépen hímzett ing.

Nem egyszer láthattunk már valamilyen magyar hímzésű ruhát akár amerikai celebek ünnepi alkalmon való megjelenéseként, vagy itthon prominens hölgyeken. Úgy érzem,



és ez nagy öröm, hogy egyre inkább felvállalható divatról van szó – mondta lelkesen Prokisch Anikó, az akció helyi szervezője.



ELKÉSZÜLT AZ ÚJ PANNON TÜKÖR

■ Nyomtatott formában ugyan egyelőre nem, de pdf-ben már elérhető a Pannon Tükör legfrissebb száma. Bubits Tünde főszerkesztő arról is tájékoztatta lapunkat, hogy a folyóirat mellett egy új kiadvány is elkészült (ami egyelőre szintén pdf-ben olvasható). Ezúttal a 2019-es Egymondatokból állt össze a The time is out of joint című kötet.

– pet –

A – normális esetben a lap mellékleteként, ám külön nyomtatásban megjelenő – kiadványhoz Nagygéci Kovács József főszer-



kesztő-helyettes írt előszót. Az Egymondatok (ami annyit jelent, hogy az adott hónap napjaihoz mindig más szerző írt egy-egy hosszabb vagy rövidebb mondatot) írói között szerepel például Szálinger Balázs költő is, aki 2019 februárjában fogalmazta meg tömörítő gondolatait.

Ami a Pannon Tükör legújabb számát illeti, Bubits Tünde kiemelte a látványos borítót, amire ezúttal Pezzetta Umberto egyik Sajtófotó-kiállításán is szerepelt fényképe (a Megjött a Mikulás sorozat

egyik darabja) került. A lapot ugyanis a januári fotókiállítás képei, illetve Szemereki Teréz iparművész műveiről készült fotók illusztrálják. A borítóra pedig mindegyiknek valamelyik figyelemfelkeltő sajtófotót szánták.

A kulturális folyóiratban idén is folytatódik az Egymondatok sorozat: 2020 januárjáról és februárjáról Tinkó Máté és Seres Lili Hanna jegyezte fel gondolatait. Most is újdonságokkal jelentkeznek a műfordítás, a debüt, valamint a szépirodalmi rovat.

Zrínyi Miklós költő és hadvezér születésének 400. évfordulója kapcsán Mihovics József írt tanulmányt. A 100 éve született Vajda Józsefről pedig Vajda László emlékezik meg. A helytörténet rovatban Müller Róbert régész számolt be egy Kaszaházáról 2018-ban előkerült bronzcsat történetéről.

A folyóiratban ezenkívül további tanulmányok és kritikák olvashatók, többek között a már említett Sajtófotó-kiállításról (Juhász Kristóf), Szemereki Teréz zalaegerszegi tárlatáról (Feledy Balázs) és Fabók Mancsi „A fekete kakas” című bábelőadásáról (Turbuly Lilla).

A Pannon Tükör pdf-változata a periodika Facebook-oldaláról érhető el, de az írások egy része (más érdekességekkel és újdonságokkal kiegészítve) a Pannon Tükör online-on is megtalálható.

– Az országos akcióról tabló készül?

– Igen, ez a szervezők kérése. Az idén külön-külön történt a tizenhat résztvevő fotózása, ami logisztikát és a fotósoktól nagyobb türelmet, több időt igényelt. A támogatóknak köszönhetően (zalaegerszegi önkormányzat) rólunk már két videófelvétellel is készült a korábbi években, ami nagyon emlékeztetett tette az eseményt. De az sem feledhető könnyen, amikor az egyik évben ezen a napon karikázót jártunk a Díz térre. Erre most nem kerülhetett sor.

– Hogyan bírájátok tánc nélkül?

– Nagyon hiányzik, ahogy a baráti társasággá vált csoporttal való találkozás, a sok közös élmény is. Nehezen viseljük – tette hozzá Pankerné Temesi Imelda, aki népviseleti ingben készítette a vacsorára való pitét, ezzel várta haza a férjét, Endrét, aki egyébként fotós-ként működött közre az akcióban, máskülönben a hölgyeket kísérő kórus tagja.

– Mi elég mozgékonyak vagyunk, alig várjuk, hogy történjen valami, minden jó kezdeményezéshez szívesen csatlakozunk. Ez most nagyon hiányzik – tette hozzá Anikó. Hangsúlyozta közben, a jelen eseménynél nem az autenticitás volt a hangsúlyos, hanem a népi elemek megjelenítése a hétköznapiakban. – A találékonyság ámulatba ejtő példáit láthatjuk a napokban néptáncos videófelvételek sorozatában. Most ezzel kell, hogy beérjük, de nem pótolja az igazit.

Az „Öltözz Te is népviseletbe” akció magánkezdeményezésű, Hrágyl Dóra az ötletgazda. Aztán jó visszhangra talált, és tavaly már nagyon sok intézmény is kapcsolódott a múltunkból hozott értékeket életet naphoz, mondhatni hagyományra vált. Az idén pedig a „trend” alapján online tanfolyam is szerveződött, otthon a gyerkőcökkel közösen készíthető papírgyöngy kalásis, illetve papírtarisznia készítésére.

■ Vajon hogyan telnek a napjai mostanában a Sóska, sültkrumpli című tragikomédia két (nem túl életvidám) partjelzőjét alakító színművészeknek, Baj Lászlónak és Szakály Aurélnak? A kialakult körülményekhez képest szerencsére jól érzik magukat, sőt a kényszerű pihenőidőt mind a ketten igyekeznek tartalmasan eltölteni.

– pP –

A színészeket Messengeren érték el, s érdeklődésünkre küldtek is némi helyzetjelentést a karanténból. Baj László azt mondja: „A köszívű ember fia” félig-meddig nyilvános főpróbája óta nincs színház az életében, illetve nem úgy, ahogy addig.

– Nincsenek próbák, előadások, nincsen közönség, sem kollégák. Most mindannyian ugyanazt a szerepet játsszuk, amit az élet osztott ki ránk. És mindenki ugyanúgy tanulja ezt a szerepet, ugyanúgy rögtönöz. Bár vannak online közvetítések, ami nagyon jó dolog, de a színház élő varázsával nem érnek fel a konzerv felvételek. Mondunk verseket, felolvassunk kedvenc szerzőinktől, karanténdrámát készítünk, de mindez nem pótolja a nézők hiányát. Nincs mit tenni, az ember megpróbálja a napi rutinjait átültetni erre az új helyzetre.

A színész többször posztolja a Facebookra saját haikuit vagy épp azt, hogy teázni készül...

– Való igaz, reggelente teaszer-tartással, olvasgatással töltöm az időmet. Évek óta napi rutin ez, mint ahogy az is, hogy igyekszem minden reggel egy-egy haikut vagy versnek tűnő képződményt kicsikarni magamból. Ez kényszerírás. Muszájírás. Kell. Terápia. Valamit mindig írtam. Valamit mindig írok. Blogot, dalszöveget, verset, haikut. Talán így tudom a legjobban kifejezni magam a színházon túl.

Baj László hozzátette: furcsa ez az egész, mert azt hitte, hogy a karantén alatt rengeteg ideje lesz,

de ez nem így történt. Például alig zenélt; pedig szeretett volna új dalokat írni az Ergo Sum Projektnek és a Sum'acousticnak. Ehhez képest gitárt is alig fogott a kezébe. Viszont bőven maradt ideje a kertészkedésre, és arra, hogy most tényleg megélje a tavaszt.

– A színházi lét miatt összemo-



sódnak a nappalok, az éjszakák és az évszakok. Most újra tudom, mikor világosodik, mikor sötétedik, mikor rügyeznek a fák. Csodás.

Szakály Aurél is igyekszik a rászakadt szabadidőt és a #maradj-otthon kampányt kiélni. Mint meséli, ő barátnőjével, Kovács Dóra színművésszel maradt otthon.

– Rengeteget pihenek. Sokat és jól alszom. Vigyázok az egészségemre. Itthon tornásgatok, szobabiciklizek, de rendes biciklivel is szoktam kerekézni. Járuk túrázni is. Már több mint 20 éve élek itt, de úgy tűnik, most fogom igazán felfedezni a környéket: Csácsban bejártuk például a Horosok útját és a Páfrányok útját. Elővettem újra a gitáromat is.

Egész jól haladok. Mindenesetre az ujjam már bekeményedett!

Az eredetileg programozó matematikusként diplomázott színművész most épp a matekot köti össze az irodalommal:

– Az interneten olvastam egy Esterházy-novellát a matematikával kapcsolatban. (Nem is tudtam eddig, hogy matematikus diplomája volt.) Ott ajánlottak egy novellagyűjteményt „A jövő a számtantudósoké” címmel. Ezt olvasom most.

Azt is elárulta, Dóival sokat főznek: készült már spenótos csir-

kemell, pörkölt, sült pulyka és hal is. Meg sok sütemény és más édesség.

– Egy kicsit azért már hiányzik a színház. Múlt héten volt online olvasópróbánk; „A kölcsönlakást” kezdtük el összerakni. A tervek szerint októberben mutatjuk be. Hogy hogyan folytatjuk tovább a próbákat, az a járványtól függ. Jövő évadban, ha minden jól megy, játszom még a „Sose halunk meg”, a „Legyetek jók, ha tudtok” és a „Cigánykerék” című darabokban, de műsoron marad a „Sóska, sültkrumpli” is. Addig is itthon maradok, vagy óvatosan közlekedek. Távolságot tartok, maszkot hordok, kezet mosok, és reménykedem, hogy hamarosan véget ér a járvány...

A MEGFELELÉST MOST EL KELL ENGEDNI ÖNISMERET ÉS ONLINE SZOLIDARITÁS A KARANTÉN ALATT

(Folytatás az 1. oldalról.)

– Miért érezzük (vagy éreztetik velünk mások) sokszor azt, hogy folyamatosan jelen kell lennünk a digitális térben? Ez egy újfajta „megfelelési kényszer”?

– Ez nem könnyű kérdés, mert a digitális jelenlét a munka világában valóban olyan elvárás, amit nem lehet nem tudomásul venni. Más kérdés a személyes, privát jelenlét, aminek viszont az a csapdája, hogy ha túlzásba vesszük, elidegenedünk a saját személyiségünkől, életünkől; gyakorlatilag a valóságtól. Vagyis az online profil „kel életre”. Sokan úgy érzik, hogy amit nem posztolnak, az nem is létezik már. Semmi gond nincs azazal, ha valaki megosztja az örömeit, vagy büszke, vagy szeretne egy-két lájkot bezsebelni egy jól sikerült fotóért. A probléma itt is az, ha ez már függőség, mert ennek a gyökere mindig valami súlyos kapcsolati probléma. És ez valóban lehet megfelelési kényszer vagy szeretetvágy, magány, sőt önbizalomhiány, vagy adott esetben személyiségzavar is.

– Ha már megfelelés és önbizalom..., a nők egy jó részére most különösen nagy nyomás nehezedik, hiszen nemcsak

munkájukat kell otthonról végezni, hanem a gyerekek tanítása és a háztartás is rájuk marad. Főleg ott gond ez, ahol egyedül áll az anya, vagy a társ nem partner ezekben a dolgokban. Hogyan védhetik egy kicsit a lelki egészségüket a nők ebben a szituációban?

– Úgy érzem, a jelenlegi helyzetben a máskor oly természetesnek tűnő tanács, hogy „legyen enidő”, most üres frázis. A munka, a háztartás, a gyereknevelés normál körülmények között is hatalmas kihívás, még nagyszülővel és segítő partnerrel is. Nincsenek szupernők, nem hiszek abban, hogy egy nő egyszerre tökéletes anya, feleség és munkaerő tud lenni! A megfelelést most különösen el kell engedni: nem baj, ha nem megy minden úgy, ahogy elterveztük. Nem hangzik túl jól, de néha csak túl kell élni.

– Az elzártág hetei alatt sok ki nem élt pozitív és negatív energia felhalmozódhat az emberekben. Mi lesz a karantén, illetve az enyhítések után? Kell számolni azzal, hogy a ki- és fel szabadulás következtében esetleg több lesz a megmondatlan cselekedet, vagy az erőszakos magatartás? Mi a hétköznapi

életbe való visszatérés pszichológiája? Pláne, hogy továbbra is az óvatosságon és a távolságtartáson lesz a hangsúly.



Nagy Réka

– Egyelőre nem tudni, hogy a „visszatérés pszichológiája” ilyen esetre létezik-e, mert most olyan helyzetben vagyunk, amilyenben még nem voltunk. Olyan, mintha egy hatalmas „emberkísérletnek” lennénk a részesei. Azt sem lehet tudni, hogy lesz-e hétköznapi élet olyan értelemben, ahogy eddig számunkra ez megszokott volt. A

fokozatos enyhítések valóban fontosak, nem csupán egészségügyi vagy gazdasági szempontok miatt, hanem a pszichés visszaállítás miatt is. A hosszú szorongás és a bizonytalanság által felhalmozódott feszültség valóban fokozhatja a kockázatvállalást és az erőszakot. Idő kell magunknak és másoknak is.

– És a pszichológus hogyan érzi magát ebben a helyzetben, hogyan telnek a napjai?

– Köszönöm szépen, jól vagyok! Szerencsére tudok itthonról dolgozni. Bár bevallom, a kezdeti időszakban én is szorongtam és aggódtam kicsit, hogy hogyan tudom a páciensekkel – főleg az újabakkal – online tartani a kapcsolatot. De meglepően jól működik! Az online oktatás az más kérdés, azt annyira nem szeretem ebben a formában. Egy klienssel meg lehet őrizni így is az intimtást, de a hallgatókkal könnyebben elveszik a kapcsolat. Amiatt is szerencsésnek érzem magam, mert a kertészkedés az egyik hobbim, így annak most több idő jut. Az utazások viszont hiányoznak. Mivel azonban mindkét fiam itthon van, és egyikük épp most fog érettségizni, nekem is megszaporodtak az itthoni teendők.

csodasmagyarorszag.hu

Vigyázzunk egymásra, és sikerülni fog!

#visszajovok



MAGYARORSZÁG
A CSODÁK FORRÁSA



MAGYAR
TURISZTIKAI ÜGYNÖKSÉG

■ Immunrendszerünk révén mindannyian egy hadsereget hordozunk magunkban, amely ha kell, megtámadja az ellenük forduló kórokozókat. Megfelel működés esetén mellettünk áll, és kiáll értünk, viszont ha zavar támad benne, minket néz ellenségnek. A valóság azonban ennél sokkal árnyaltabb. Dr. Kovács Mónika PhD klinikai immunológussal, a megyei kórház I. belgyógyászat és infektológiai osztályának főorvosával beszélgettünk.

– Antal Livia –

– Nagyon összetett szervrendszerünk az immunrendszer, mely lényegében az egész szervezetünkben jelen van. Egyik alrendszere a természetes vagy veleszületett immunitás. Nagyon sok kórokozótól megvédhet ez is bennünket, de az immunválasz nem specifikus és nem rendelkezik memóriával. Ha valamit nem sajátunk érzékel, akkor támadásba lendül. Az immunreakció lecsengését követően, mivel a természetes immunrendszerünk nem „emlékszik”, ezért ha újra találkozik ugyanazzal a kihívással, lassan és ugyanúgy fog reagálni, mint először. Ennél sokkal fejlettebb a másik alrendszer, a szerzett vagy tanult immunrendszer, ami életünk folyamán sajátítja el, melyik a saját antigén, és melyik nem, illetve mi az, ami ellen védeni kell bennünket. Fontos, hogy rendkívül specifikus immunreakcióra képes és memóriával is rendelkezik, ezáltal a későbbiekben azokat az immunsejteket tudja előhívni, amelyeket már korábban bevetett egy-egy kórokozó ellen. Ezáltal nemcsak gyorsabb, de hatékonyabb is lesz az immunvédekezés.

– Milyen kapcsolatban állnak egymással?

A veleszületett és a szerzett immunrendszer szigorúan szabályozott, többlépcsős folyamatban működik együtt egymással. A működésért, illetve a kommunikációért a szabályozó sejtek és az immunrendszer által termelt hírvivő fehérjék, úgynevezett citokinek a felelősek. Egy vírus- vagy baktériumfertőzés kapcsán az immunrendszer támadásba lendül, hogy elpusztítsa a szervezetünket károsító kórokozót. Ha ez sikerrel jár, akkor a támadó immunválasz lecsengésével egészséges személy esetében helyreáll az immunrendszer nyugalmi állapota. Vannak viszont olyan élethelyzetek is, amikor kifejezetten háttérbe kell vonulnia az immunrendszernek.

– Melyek ezek?

IMMUNRENDSZERÜNKRŐL KÖZELEBBRŐL

BESZÉLGETÉS DR. KOVÁCS MÓNIKA KLINIKAI IMMUNOLÓGUSSAL



Dr. Kovács Mónika

– Például gyermekvárásnál, hiszen a megtermékenyített petesejt illetve embrió csak félig saját, vagyis csak fele részben hordozza magán az anya antigén-tulajdonosságait. Az anya immunrendszere ezt felismeri, bántóan azonban nem léphet fel, mert ez vetéléshez, koraszüléshez vezethet. A szülést követően az anya szervezetében visszaáll a korábbi immunológiai egyensúly, tehát csak átmeneti állapot az immunrendszer legyengülése. Ugyanakkor veleszületett immunhiányos állapotokról is beszélhetünk, melyek különböző súlyosságú és az élet előrehaladtával halmozottan előforduló, nem ritkán halálhoz vezető fertőző betegségekkel is járhatnak. Az immunrendszer egyensúlya kibillenhet akkor is, amikor az orvos immunelnyomó kezelést alkalmaz például szervtranszplantált betegen, abból a célból, hogy a beültetett szerv ki ne lökdöj. Mindez azonban magával vonja a fertőzések gyakoribb előfordulását.

– Szerzett immunhiányról mikor beszélhetünk?

– Itt kap hangsúlyt, hogy valóban nagyon sokat kell tennünk a megfelelően működő immunrendszerünkért, mert immunhiányos állapot léphet fel például túlzott alkoholfogyasztás, alutápláltság vagy éppen a túlsúly, továbbá a nem megfelelően kezelt cukorbetegség következtében is. Van, amikor viszont nagyon „erős” az immunrendszer, ilyenkor nemcsak a kórokozókat pusztítja el, hanem a saját szervezet ellen lép fel támadóan. Ezek az autoimmun betegségek, melyek kialakulásában genetikai és környezeti tényezők egyaránt szerepet játszanak.

– Mi a helyzet az immunerősítéssel?

tőkkel, egyáltalán szükségünk van immunerősítésre?

– Immunerősítés nem létezik, és nem is lenne jó. Az immunrendszerben ugyanis az immunológiai reakciókat nemcsak elindító, hanem megfékező sejtek is vannak, amelyek véget vetnek a támadásnak, amikor a kórokozó a szervezetből már eltűnik. Ha nem tudna az immunválasz leállni, akkor a saját szervezetet károsodna. Szerencsére nincs az az immunerősítő, amelyekkel ezeken a fékeken át lehetne törni. Mindazonáltal valóban sokféle termék kapható – kétes helyekről, nagyon drágán – de ezek

nek az égvilágon semmilyen immunerősítő hatása nincs. De számos vitaminnal ismert, hogy hatásos van az immunrendszer működésére, viszont ezek esetében sem erősítésről van szó, hanem sokkal inkább a megfelelő működés biztosításáról. Ilyenek például a C- vagy D-vitamin. Ugyanígy fontosak a nyomelemek, a vas, a magnézium, a cink, amelyek külső pótlására nincs szükség, ha valaki egészségesen és változatosan táplálkozik. Egy-egy elhúzódo megbetegedés vagy nagyobb műtétet követően, stresszhelyzetekben, terhesség során, illetve daga-

natos betegség esetén azonban szükség lehet plusz vitamin- és nyomelembevitelre. Immunrendszerünket támogathatjuk úgy is, ha felhagyunk rossz szokásainkkal. A dohányzás nem csak a tüdőt, de az immunrendszert is károsíthatja. Ugyanígy a nem megfelelő táplálkozási szokásaink is kihathatnak az immunrendszer működésére. Bizony nagy baj, ha nem működik helyesen, de ezt nem lehet kisarkítani arra, hogy erősítsük. Az egészséges életmód, a gyermekkorban és a később megkapott védőoltások ugyanakkor hozzájárulnak ahhoz, hogy egy jól felkészült immunrendszerrel rendelkezünk. Az is vitathatatlan, hogy manapság nagyon sok baktérium, vírus, parazita leleszkedik ránk, ami már a globalizációval függ össze, hiszen sokfelé utazunk a világban, és ebből adódóan számos olyan kórokozóval találkozhatunk, melyek a la-

kóhelyünkön egyébként nem fordulnának elő.

– Mit tanulhatunk az új koronavírus-járványból?

– Sokkal átgondoltabb és tudatosabb életet kell élnünk, meg kell válogatnunk a mindennapi szokásainkat, hobbinkat, vigyáznunk kell a környezetünkre, és sokkal felkészültebbeknek kell lennünk egy ilyen nem várt helyzetre, hiszen bármikor megismétlődhet. Úgy vélem, a személyi higiénia terén tanulhatunk még nagyon sokat. Helyes kézmossággal, légúti fertőzés esetén szájmascsk hordásával vigyázhatunk a környezetünkben élőkre, családtagjainkra, de különösen is a veszélyeztetettekre, mint például a gyerekekre, idősekre, betegek. Emellett fontos a már rendelkezésünkre álló védőoltások beadatása is, hiszen ezek segítségével megelőzhetjük a járványok kialakulását.

ÖSSZEFOGLALÓ A JÁRVÁNYHELYYZETRŐL

MEGUGRÓ FERTŐZÉSSZÁM, KÖTELEZŐ MASZKVISELÉS, ÚJ VÉDELMI INTÉZKEDÉSEK

■ Lapzártánkig 123 főre nőtt Zala megyében az igazolt koronavírusos megbetegedések száma. A növekedés múlt hét elején vált számottevővé, miután kiderült, hogy két zalaegerszegi idősebb honban is felütötte a fejét a vírus.

Balaicz Zoltán polgármester április 27-i Facebook-bejegyzésében így tájékoztattott a kialakult helyzetről: Egy héttel ezelőtt örömmel számoltam be arról, hogy az önkormányzati egészségügyi alapelállításban és az idősgyógyintézményekben elvégzett, a város által megrendelt és finanszírozott mind a 650 koronavírusteszt negatív lett. Sajnos, pénteken érkezett az a hír, hogy a volt József Attila iskolában működő idősotthonban, a demensrészelegén az egyik ellátott pozitív eredményt produkált. Az otthon orvosa konzultált a megyei kórházzal, a biztonság kedvéért beszállították vizsgálatra és koronavírustesztet is végeztek rajta, ami péntekre pozitív lett. Ezután a fenntartó önkormányzat, az intézmény vezetése és a népegészségügyi hatóság gyors és határozott lépéseket tett.

A demensrészelegét izolálták, és valamennyi ellátottnak és dolgozónak azonnali PCR-tesztet végeztek el. Ennek eredményeként további kilenc idősotthon és öt dolgozónak lett pozitív a koronavírustesztje. A tíz idős kórházban van megfigyelés

alatt, állapotuk kielégítő, van közöttük több tünetmentes is. Az öt érintett dolgozó otthon van házi karanténban. Egyiküknek hőemelkedése van, másikuk köhög, hárman tünetmentesek. A pozitív tesztet produkáló dolgozók esetében kontaktutatásra is sor kerül.

A városban nem csak önkormányzati, hanem állami bentlakásos szociális otthon is működik a pózvai városrészen, amely az önkormányzatnál jóval nagyobb. Ott is hasonló folyamat játszódott le, a PCR-tesztelés után szintén találtak pozitív eredményű ellátottakat és dolgozókat, őket izolálták, a többi eredmény negatív lett.

Április 28-i közleményében a polgármester arról tájékoztatta a lakosságot, hogy a kialakult helyzet miatt május 1-től kötelező lesz a maszk viselése (vagy az orrot, száját eltakaró kendő, sál használata) a következő helyeken:

– a közösségi gyülekezési célú helyszíneken, buszvárókban, sorban állásra kijelölt helyeken, illetve mindenhol, ahol viszonylag kis helyen tartózkodik sok ember,

– a piacon és a vásárcsarnokban, – a tömegközlekedésben az autóbuszokon.

A polgármester felszólította a kereskedelmi egységeket, üzleteket, bevásárlóközpontok tulajdonosait, illetve üzemeltetőit, hogy csatlakozzanak ehhez a szabályozáshoz, illetve hogy tartsák és tartassák be a távolságtartási ajánlásokat. A boltokban tapasztalható zsúfoltság különösen veszélyes lehet! Az üzemeltető felelőssége, hogy védje a saját alkalmazottjait és a vevőit is!

Április 30-án, a kormány bejelentését követően Balaicz Zoltán is kihirdette, hogy a védekezés új szakaszba lép Zalaegerszegen. Fokozatosan, szigorú menetrend mellett újraindíthatják az életet Magyarországon. Vidéken a kijárási korlátozás helyére új védelmi intézkedések lépnek: az üzletek korlátok nélkül kinyithatnak, az éttermek, kávézók, cukrászdák teraszai kinyithatnak, esküvő, temetés a korábbi szabályok szerint megtartható, a profi, amatőr és tömegsportban is engedélyezik az edzést és a zártkörű rendezvényeket, valamint a misék is megtarthatók óvintézkedésekkel, továbbá feloldják a magánegészségügy korlátozásait is. Ugyanakkor a boltokban és a tömegközlekedési

BEVÁSÁROLNAK, KÖZTEREKEKET ELLENŐRIZNEK

A RENDÉRT ZALAI KÖZBIZTONSÁGI ÉS POLGÁRŐR EGYESÜLET ÖNKÉNTESEI

■ Gyógyszereket váltanak ki, banki ügyintézészt végeznek, élelmiszereket és állateledeleket vásárolnak a Rendért Zalai Közbiztonsági és Polgárőr Egyesület polgárőrei annak érdekében, hogy a koronavírus által legveszélyeztetettebb korosztály tagjai otthon maradjanak.

– A. L. –

– Egyesületünk Zalaegerszeg belterületén a 65 év feletti korosztály ellátásában vesz részt. Igyekezzünk maximálisan segítségére lenni a hozzánk fordulóknak. A feladat elég sok adminisztrációval jár, amin könnyíteni lehetne, mert több lesz a teendő, miután Zala megye már az ország második-harmadik legfertőzöttebb területei közé tartozik az igazolt koronavírus-fertőzöttek száma tekintetében – mondja érdeklődésünkre Sándor Dénes György, a Rendért Zalai Közbiztonsági és Polgárőr Egyesület elnöke.

– Miből áll a feladat?

– A polgármesteri hivataltól kapott címlista alapján keressük fel az ügyfeleket, akik tájékoztatást kapnak a szolgáltatásról, illetve

egy nyilatkozatot írnak alá arról, hogy otthon maradnak. A folytatás úgy néz ki, hogy a beérkező igényeket a hivatal mindennap 15 óráig eljuttatja hozzánk. Polgárőreink másnap már reggel nyolc órától kimennek a helyszínekre egyeztetni a kért szolgáltatásról. Egy bevásárlás esetén pontosan mit kérnek, például milyen fajta lisztet, és abból mennyit, hogy mindenki azt a terméket kaphassa meg, amelyhez hozzászokott. Ilyenkor veszik át a pénzt, amiről pénztárbevételei bizonylatot állítanak ki az ügyfél aláírásával. Az ügyek elintézése után a visszajáró pénzről pénztárkiadási bizonylatot állítanak ki, illetve adnak át az ügyfeleknek. Közben ezek az iratok az irodát is megjárják, hiszen az én feladatom a munka megszervezése és a dokumentumok

igénylők szerinti iktatása. Jelenleg 56 címünk van összesen, ami 8–10 elintéznivalót jelent naponta.

– A polgárőrök maguk vásárolnak be?

– Nem, köszönhetően a Tescónak, amely segítségünkre sietett. Az áruház másnapra az átküldött bevásárlási lista alapján személyre szólóan állítja össze az árut, amit polgárőreink saját járműveik

kel szállítanak ki az ügyfelekhez. A gyógyszerkiváltások esetében is ez a mód, amelyben a Paracelsus gyógyszertárral működünk együtt. Természetesen a csekkfeladás-hoz, a banki ügyintézéshez polgárőreinknek is sorba kell állni. Örömmel szolgál, hogy mindenkinek megvan még a munkája. A koordinálás ezért okoz nehézséget, mert vannak, akik csak délután, míg mások csak délután érnek rá. A munka kiosztása is eszerint történik, így vannak, akik az igények felvételével foglalkoznak, míg mások a teljesítésével, illetve az áru kiszállításával. Jelenleg 26 polgárőrünk dolgozik a rendszerben, akik lelkesen látják el szabad-



Fotó: Serecs



idejükben a járványügyi helyzet miatt megnövekedett önkéntes közfeladataikat. Emellett saját családtagjaikat is segítik.

Az ügyfelek lakásába nem megyünk be, a kapuban adjuk át az árut. Rendkívül odafigyelünk a járványvédelmi előírásokra, mindenki szájmascskban és kesztyűben végzi a munkáját. Az eszközöket a megyei polgárőr szövetségtől, az önkormányzattól, önkéntes felajánlásból és egyesületünk vásárlásaiból biztosítjuk.

– Miből áll még a heti munkarendjük?

– Hét közben a bevásárlásokat és az egyéb ügyek elintézését vé-

gezzük. A hét végén a helyi és az országos járványvédelmi előírások betartására ügyelünk lovas, kerékpáros és autós járóreinkkel. Azokat a lezárt területeket (Alsóerdő, Gébárt, Vizslapark) ellenőrizzük, amelyeket az emberek a jó időt kihasználva mégis látogatnának. Sajnos, többen figyelmen kívül hagyják a polgármesteri rendelkezéseket, volt olyan hétvége, amikor 46 embert kellett figyelmeztetnünk a csoportosulás miatt. A helyzet élesedik, hiszen a megyében és a városban is egyaránt nőtt a fertőzöttség, ezért mindenkinek még inkább felelősségteljes magatartást kell tanúsítani.

KORLÁTOZOTT SZÜLINAPOSON

NAGY BULIK NÉLKÜL, SZERETETBEN

■ Kedves ismerősöm, Vajda László születésnapjára felhívása adta az ötletet, hogy utánajárjak, kinek hogyan sikeredett a születésnapja áprilisban. Laci még a télen tette közzé, hogy nagy gyalogtúrásra hív bárkit, aki vele ünnepelne. De az élet közbeszólt. Van, aki családodt és van, aki kihozta a maximumot így is. Néhány zalaegerszegi áprilisi születésnapot kérdeztünk (a sorrend a hónap napjai szerinti, zárójelben a betöltött életkor).

– b. k. –

Zsedely-Horváth Noémi kórházi dolgozó (35): A körülményekhez képest életem legboldogabb születésnapja volt, hiszen régóta vágyott kismama állapotban várakozom itthon a babáink születésére. Így semmi sem tudta beárnyékolni az örömet.

Szabó Amarilla fodrász (50): Régi vágyam volt eljutni Rómába. Ez most elmaradt, ahogy a nagy családi buli is. Ami a legrosszabb, hogy kisunokámat régóta nem láthattam, pedig fél évesként napról napra változik, fejlődik.

Ticz András színművész (27): Egész nap szűk családi körben voltam. Anyukám sültött tortát, napközben íjászkodtunk, kosaraztunk, fociztunk. Este tűz mellett süttögtünk és arra előkerültek az ajándékok is. És hozzám csatlakozott a gitárom is.

Pacsa Adrienn kormánytisztviselő (48): A testvérem sütötte a tortát. A barátaim és a szüleim az ablakon keresztül köszöntöttek fel. Földszinten lakom, így ez könnyen megoldható volt. Beszárítottam a hajam, kisminkeltem magam és így fogadtam egész nap a telefonokat, sms-eket, egyébként ki sem tettem a lábam otthonról. Én dolgozom, így a munkahelyi köszöntés nem maradt el.

Büki-Bedő Veronika volt élsportoló kosárlabdázó (42): A párom és a gyerkőcök meglepetésvacsorát készítettek. Sajnos, a nagyszü-

tunk pezsgőt a videóchatnek köszönhetően.

Kövéc Edit pedagógus (62): Egyébként is rendhagyó lett volna az idei születésnap, hiszen sétálóidőben vagyok. 40 év tanítással a hátam mögött nyugdíjba megyek. Virtuálisan volt velem a család, Hollandiából kaptam tulipánt. Arra is büszke vagyok, hogy egy napon születtem Erzsébet királynővel.

Stárics Roland pedagógus



lők erről lemaradtak, de majd pótoljuk.

Fentősné Bellécs Andrea volt ifjúsági referens (64): Két születésnapom is van. 20-án születtem, de csak másnap anyakönyveztek. Apukám pedig azt mondta, lány léte, hadd legyen egy nappal fiatalabb. 92 éves édesanyámmal csak telefonon tudtam beszélni, de virtuálisan együtt vacsoráztunk az egész család, egyszerre bontot-

(35): A hónap eleje óta önkéntesként segíték az önkormányzat által adott maszkok csomagolásában, így volt ez a nagy napon is. Utána Halász Judit dala, a feleségem által sült torta és egy földgömb lu-fi várt otthon, mert a Föld napján születtem. A feleségemmel ünnepeltünk kettesben.

Vajda László pedagógus (50): A tervezett nyílt túra és 30 fős családi ebéd helyett háromfős ebéd és szűk körű túra valósult meg.

Kovács Nóra énekesnő (30): Lakodalomban zenéltünk volna, nekem ez már maga ünnep. A zene, a közösség nagyon hiányzik. El voltam keseredve, hogy talán még tartam se lesz. A családi találékonyságnak köszönhetően előpült a nap és egy évtized is.

Biró Lajos (64): Németországban dolgozom és kint ragadtam, ezért nagy családós volt a születésnap. A lakótársammal koccintottunk csupán. Ez lett az itthon baráti körben, vendéglőbe tervezett ünnepelés helyett. Megadtuk volna a módját.

Gyulai Ádám zenész (37): Gyakorlatilag csónakfelújítással töltötte a nap. Ezt csak a szüleimmel töltött

ebéd szakította meg. Anyukám kedvenc étellemmel és tortával lepett meg.

Ecse Erzsébet színművész (66): Reggel felkőszöntött a lányom, és egész nap jöttek az üzenetek. Ebéd után kimentünk a kiskertbe, a természet nekem maga a szabadság. Virágokat ültettünk és madárcsicsergés között telt a délután. Boldogságnap volt.

Sziva Beáta sorstársi tanácsadó (46): Rosszul életem meg, hogy a családtól távol, ölelések és puszik nélkül telnek az ünnepek. De most így tudunk vigyázni a szüleinkre. Párommal ünnepeltem.

Tóthné Koller Mária védőnő (43): Bár nem úgy zajlott az ünnep, ahogy terveztük, mégis hálával gondolok rá, mert rengeteg szeretetet kaptam telefonon, interneten keresztül. Azt gondolom, ez a nyomot hagyó szeretet a legjobb ajándék. Most még nagyobb hangsúlyt kap az egészség, a hit, az emberi kapcsolatok. Csofaként életem ezt meg. És hiszek a csodákban.

Szemes Béla pedagógus (65): A születésnap a személyes számvetés és jövőtervezés bensőséges időszaka, melyhez reménységet a család és a barátok, ismerősök jókívánságai adnak. Így volt ez mostani nehéz időszakban is.

Gecse Péter alpolgármester (39): A feleségem és a lányaim szeretete, meglepetésajándéka feledtette, hogy ez a szülinap egy kicsit más. Remélem, jövőre a 40. alkalmon együtt lehetek mindenki-vel, aki fontos nekem, ahogy az az idén is tervben volt.

KÖZELEG AZ EPERSZEZON

MÁIG AZ EGYIK LEGKEDVELTEBB GYÜMÖLCS

■ Már sok üzlet zöldségespultjánál látni pirosuló epreket, és az interneten is egyre több eper finomság receptje, fotója kering. Az igazi szezonra, vagyis a hagyományos kerti eprek beérésére még pár hetet várni kell, hiszen egyelőre az úgynevezett aláfóliázott gyümölcsöket árusítják a kereskedők.



Hogy milyen lesz az idei termés, arról érdeklődtünk a zalaegerszegi piacon. Kovács Anikó csonkahegy-háti termelő bizakodó, és átlagos, vagy annál picit jobb epertermésre számít. Igaz, mint azt érdeklődésünkre elmondta, az érés később indult a kora tavaszi hideg időjárás miatt, és öntözni is kell, mert nagyon kevés volt idén a csapadék. Ennek ellenére gyönyörűen virágzik az eperföldje, így nagyon reméli, hogy szép lesz a termés. Bizik benne, hogy nem lesz sem jégverés, sem pedig olyan mennyiségű csapadék, ami tönkre teheti a gyü-

mölcsöket – fogalmazott. Annál is inkább, mert a tapasztalatok szerint az eper a vásárlók egyik legkedveltebb csemegéje. Önmagában fogyasztva, lekvárnak eltéve, vagy desszertekhez felhasználva is izletes és egészséges.

A koronavírus-járvány viszont némiképp átírhatja a piac közkedvelt epere napok rendezvényét. Horváth István igazgató lapunknak elmondta: idén valószínűleg csak epervásár lesz, az is a szabályok szigorú betartása mellett. Az ilyenkor szokásos süteményosztás és egyéb kísérőrendezvények most elmaradnak.

DEÁK+KERT VIDEÓÜZENETEKEL

ÍRÓK, ELŐADÓK A KARANTÉNLÉTRŐL

■ Nemrégiben még egyéves születésnapját ünnepelte a Deák+Kert irodalmi, kulturális honlap, az eseményen pedig sok szerző és érdeklődő gyűlt és gyűlhetett össze. A helyzet azóta némileg megváltozott, az egymással való személyes találkozás szinte lehetetlen, így az írók számára is csak az online tér maradt meg lehetőségként a kapcsolattartásra vagy akár az önkifejezésre.

– pet –

A megyei könyvtár égisze alatt működő művészeti portál a hagyományos szépirodalmi írásokon, recenziókon, tanulmányokon kívül most videóüzeneteket is közöl. A téma persze a karantén, az otthonmaradás, és hogy hogyan lehet alkotni mindeközben.

Tóth Imre könyvtáros, a portál szerkesztője lapunknak elmondta: művészeket, színészeket, írókat kértek fel, hogy jelentkezzenek az otthoni környezetből, vagyis a karanténból, és mondják el, min dolgoznak éppen, vagy olvassák fel valamelyik kedvenc műveket. Előszörban a Deák+Kerthez, vagy Zala megyéhez köthető alkotókról, előadókról van szó.

A költészet napján például Balaton László író tette közzé üzenetét a „félkaranténból”, hiszen mint mondta, ő a Göcseji Falumúzeumba továbbra is járhat dolgozni. Ezenkívül viszont otthon tartózkodik; igyekszik sokat írni és olvasni. De jelentkezett többek között Baj László és Farkas Ignác színművész, Bubits Tünde, a Pannon Tükör főszerkesztője, Varga Vencel slammer és Turbulu Lilla író, kritikus is. Utóbbi üzenetében elmondta, ha nem lenne járvány, akkor a budapesti Nemzetközi Könyvfesztiválon lenne, de másfél hónapja otthon van Gutorföldén. Irodalmat nem tudott írni az elmúlt hetekben, mert túl zaklatottnak érzi most ehhez ezt az időszakot. De interjúkat és cikkeket készített különféle színházi



lapok számára. Élvezi a kertes ház előnyeit is: ültet, kertészkedik, kerítést fest. Igyekszik egyensúlyba hozni a szellemi és a fizikai munkát.

A honlapra további videóüzeneteket is várnak, hiszen nem mindenki állította még össze saját anyagát. De természetesen a kulturális portál profiljába illő új szövegekkel és könyvajánlókkal is folyamatosan jelentkeznek – mondta Tóth Imre. Aki érdeklődésünkre elmesélte, ő is otthonról dolgozik. Szerencsére van olyan könyvtárosi feladata, munkája, amit e módon el tud látni. Ezenkívül foglalkozik a Deák+Kertbe érkező kéziratokkal is. Szabadidejében ő is próbál írni, és – mint mondja – felkészülni a jobb időkre. (A videó a Deák+Kert honlapjáról és Facebook-oldaláról egyaránt elérhető.)



MUNKATERÜLET-ÁTADÁS AZ ALSÓERDŐN

ÉPÜL A SPORT- ÉS REKREÁCIÓS KÖZPONT ZALAEGERSZEGEN

■ Az Alsóerdei Sport- és Rekreációs Központ fejlesztése (MVP) projekt, valamint a „Zalaegerszeg-Alsóerdő komplex turisztikai fejlesztése” című, TOP-6.1.4-16 ZL1-2017-00001 azonosító számú projekt a bontási munkákkal, a terület előkészítésével elkezdődött, a munkaterületet a kivitelező Szabadics Közmű- és Mélyépítő Zártkörűen Működő Részvénytársaság átvette.

A tábor területén megvalósuló fejlesztések olyan komplex portfóliót nyújtanak, mely jelentős vonzerőt képez a közelben élő gyermekek családoknak, sportkedvelőknek, iskoláknak, valamint célpontja lehet a régióban osztálykirándulásoknak, csapatépítő tréningeknek, céges rendezvényeknek. A projekt egyedi kínálatával, attrakcióival növelni fogja a városba érkező látogatók számát. A fejlesztés új munkahelyeket teremt, s nő a térség gazdasági erősödését szolgáló egyéb bevétel (vendéglátás, kereskedelem stb.) is.

A teljes beruházás a Modern Városok Program és a TOP keretében valósul meg, összesen több mint 4 milliárd forintból.

A projekt részeként az alsóerdei vendégház felújítása már megtörtént, a munka a volt napközi tábort érintő beruházással, kerékpárút-fejlesztéssel folytatódik. Épül kalandpark, sálya, játszópark, a sport- és rekreációs központ helyet ad majd KRESZ-parknak, multifunkciós sportpálya, kültéri kosárlabda-pálya, megújul a füves sportpálya, a futók rekortán burkolatú futópályán hódolhatnak szenvedélyüknek. A pályák mellett lelátó épül. Lesz salakos kerékpárpálya, street workout és senior játszótér, készülő játszótér kisgyerekeknek is. A látogatók kényelmét, komfortját kiszolgáló épületek biztosítják, utcabútorok teszik teljessé a pihenést, szobrok és parkosítás növeli az esztétikai élményt. Épülnek természetesen parkolók, járdák, megújul a kerékpárút, javulnak a sport- és rekreációs központ megközelíhetőségének feltételei is. A beruházás időtartama 18 hónap.

A projektnek további, később megvalósuló eleme a lőtérfejlesztés, a TV-torony felújítása és környezetének megújítása is.

Az önkormányzat a munkavégzés okozta kellemetlenségeikért, amely az Alsóerdei Sport- és Rekreációs Központ fejlesztése, a kerékpárút felújítása mielőbbi megvalósítása érdekében történik, a lakosság türelmét és megértését kéri.

BÖLCSŐDEI BEÍRATÁS – 2020

A Zalaegerszegi Egyesített Bölcsődék a 2020/2021 nevelési évre

FELVÉTELT HIRDET

a 2017. augusztus 31. után született kisgyermekek számára.

A Zalaegerszegi Egyesített Bölcsődék tagbölcsődéibe azon szülők gyermeke vehető fel és gondozható, akiknek bejelentett lakóhelye, vagy életvitelszerű tartózkodási helye Zalaegerszeg közigazgatási területén van.

A bölcsőde a férőhelyszáma legfeljebb 15%-áig az ellátási területén kívül lakóhellyel, ennek hiányában tartózkodási hellyel rendelkező gyermek ellátását is biztosíthatja, feltéve, hogy az ellátási területén lakóhellyel, ennek hiányában tartózkodási hellyel rendelkező valamennyi bölcsődei ellátást igénylő és arra jogosult gyermek ellátását biztosítani tudja.

A felvételi kérelmet a Zalaegerszegi Egyesített Bölcsődék intézményvezetőjéhez kell benyújtani az alábbi módokon:

- elektronikusan a felvételi kérelem nyomtatvány beszkenelésével az egyesitettbolcsi@zalasam.hu e-mail-címre,
 - postai úton: Zalaegerszegi Egyesített Bölcsődék – 8900 Zalaegerszeg, Petőfi Sándor u. 21–25. címre,
 - személyesen előre egyeztetett időpontban a Cseperedő-bölcsőde udvarán (Zalaegerszeg, Petőfi u. 21–25.) 2019. május 4. és május 15. között 8.00–12.00 óráig.
- Személyes megjelenés esetén a bölcsőde udvarára csak arcmaszokban és egyszer használatos védőkesztyűben lehet belépni.

A felvételi kérelem nyomtatvány elérhető a bölcsőde honlapján:

<http://zalaegerszeg.bolcsi.hu/>

dokumentumok/bolcsodei_felveteli_kerelem_2015_1347_melleklet1.pdf

A gyermekek felvételét az alábbi tagbölcsődékbe kérheti a szülő (törvényes képviselő)

Cseperedő-bölcsőde Zalaegerszeg, Petőfi u. 21–25.
Napsugár-bölcsőde Zalaegerszeg, Napsugár u. 32.
Típegő-bölcsőde Zalaegerszeg, Kis utca 10.
Úrhajós-bölcsőde Zalaegerszeg, Úrhajós u. 2.

Bölcsődébe a gyermek húszhetes korától vehető fel

- harmadik életévének, sajátos nevelési igényű gyermek az ötödik életévének betöltéséig,
- annak az évnek az augusztus 31-éig, amelyben a harmadik életévét, a sajátos nevelési igényű gyermek az ötödik életévét betölti, vagy
- annak az évnek a december 31-éig, amelyben a gyermek szeptember 1-je és december 31-e között tölti be a harmadik életévét, ha a szülő, törvényes képviselő vállalja, hogy a gyermek ellátását a nevelési év végéig a bölcsőde biztosítja.

TOVÁBBI TÁJÉKOZTATÁST TELEFONON, VAGY E-MAIL-BEN IS KÉRHETNEK:

Prenner Zsuzsanna

– Zalaegerszegi Egyesített Bölcsődék intézményvezető

– Tel.:30/377-3925

egyesitettbolcsi@zalasam.hu

A felvétel eredményéről az intézmény 2020. május 31-ig értesíti a szülőket.

További információk: www.zalaegerszeg.bolcsi.hu

KITÖLTÉSI SEGÉDLET A FELVÉTELI KÉRELEM NYOMTATVÁNYHOZ

A személyes adatokat az érvényes okmányoknak megfelelően kell kitölteni

- Gyermek adatai a születési anyakönyvi kivonat szerint
- Szülők adatai a személyi igazolvány és a lakcímkártya adatai szerint

A gyermek lakcímadatait a gyermek lakcímkártyáján szereplő adatok szerint kérjük beírni! A lakcímkártyákat majd a bölcsőde megkezdésekor kell bemutatniuk.

A jelenlegi helyzetben nagyon fontos, hogy a szülők telefonszáma, és e-mail-címe pontosan kitöltésre kerüljön, mivel ezeken az elérhetőségeken fogjuk Önöket keresni, ha kérdésünk van a beadott felvételi kérelem kapcsán.

Meg kell-e jelölni átirányítás esetére elfogadható bölcsődét?

A vidéki szülők esetében feltétlenül, mivel a zalaegerszegi lakosok gyermekei a felvétel során előnyt élveznek, így ha egy bölcsődében betelnek a zalaegerszegi családok gyermekeivel a férőhelyek, akkor – ha nem jelölnék meg átirányítás esetére elfogadható bölcsődét – kérelmük várólistára kerül.

A bölcsődei ellátás kezdeteként elégséges év és hónap megjelölése, ennek pontosítása az első szülői értekezleteken történik. A bölcsőde kezdésének idejébe már a 2 hetes beszoktatás is beleszámít.

Mit kell írni indoklasként?

- Ha a szülők munkavégzése miatt kéri a bölcsődei ellátást, akkor elég annyit beírniuk, hogy „mindkét szülő dolgozik”
- Ha a 3. pontban felsorolt okok bármelyike miatt kéri a bölcsődei ellátást, azt az indoklásban kérjük megjelölni.
- Ha a családban nagyobb gyermek a bölcsődével szomszédos óvodába, iskolába jár, akkor azt is ide írják be, ugyanis ilyenkor nem kérünk megjelölni átirányítás esetére elfogadható bölcsődét.
- Ha kisgyermeknevelőt szeretnének választani, azt is ebben a részben jelölhetik meg az 5. pontban foglaltak figyelembevételével.

Az indoklásban kérjük megjelölni, ha

- nagycsaládosok,
- a gyermek SNI, tartós beteg,
- testvére SNI, tartós beteg,
- rendszeres gyerekvédelmi kedvezményre jogosultak,
- védelemben vett és bölcsődei ellátás igénybe vételére kötelezett.

A szülők munkáltatói igazolásának helye

- ha mindkét szülő dolgozik, akkor a 2. oldalon kell a munkáltatói adatokat feltüntetni,
- egyedülálló szülő esetén csak annak a szülőnek a munkáltatói igazolása kell, akinél a gyermeket elhelyezték,
- amennyiben a jelenlegi helyzetben nehézségbe ütközik a munkáltatói igazolás beszerzése, akkor elfogadjuk munkáltatói aláírás és pecsét nélkül is, úgy, hogy az adatokat a szülők töltik ki – ezt természetesen a veszélyhelyzet megszűnése után, a bölcsőde kezdésekor kérni fogjuk.

Mellékletek csatolása

A felvételi szabályzatunkban előírt, az alábbi családi élethelyzetekhez kapcsolódó igazolásokat (MÁK-igazolás emelt családi pótlékról, szakértői bizottság véleménye, határozat RGYVK-ról és védelemben vételről) is majd a bölcsőde megkezdésekor pótlólag kell benyújtani

- nagycsaládosok,
- a gyermek SNI, tartós beteg,
- testvére SNI, tartós beteg,
- rendszeres gyerekvédelmi kedvezményre jogosultak,
- védelemben vett és bölcsődei ellátás igénybe vételére kötelezett.

TÁJÉKOZTATÓ

A MÁV-Start Zrt. tájékoztatása szerint 2020. március 30-tól a COVID-19 koronavírus-járvány miatt elrendelt veszélyhelyzetre való tekintettel, a belföldi és nemzetközi vonatok közlekedésében vasútvonalanként változások léptek érvénybe. Ezek szerint a zalaegerszegi utazóközönséget elsődlegesen érintő 19801-es számú Zalaegerszeg (19:43)–Győr (22:17) viszonylatú vonat nem közlekedik, helyette a 9811 számú vonat, Zalaegerszeg (19:49)–Szombathely (20:48) viszonylatban közlekedik. Továbbá, a 1951-es számú Zalaegerszeg (19:49)–Budapest-Déli (22:59) viszonylatú GÖCSEJ InterCity vonat nem közlekedik.

A MÁV-START Zrt. valamennyi étkező-, háló- és fekvőkocsi szolgáltatást felfüggeszti.

Az okozott kényelmetlenségért
a MÁV-START Zrt. szíves elnézésüket kéri!

SZÜNETEL AZ ÜGYFÉLFOGADÁS

A Városi Ügyfélszolgálati Iroda értesíti ügyfeleit, hogy 2020. március 16-tól a koronavírus terjedésének megelőzése érdekében a személyes ügyfélszolgálatot határozatlan ideig szünetelteti, ezért kéri, hogy elektronikusan, postai úton vagy telefonon forduljanak az egyes szolgáltatókhoz, amelyeknek weblapjain minden további információ megtalálható az ügyintézésrel kapcsolatban.

ZALAVÍZ ZRT. – víziközmű közszolgáltatás – www.zalaviz.hu

VÁROSGAZDÁLKODÁSI KFT. – parkolással kapcsolatos ügyintézés – www.vgkft.hu

ZALAI KÖZSZOLGÁLTATÓ NONPROFIT KFT. – hulladékgazdálkodás – www.zkn.hu

LÉSZ KFT. – önkormányzati ingatlankezelés – www.leszkft.hu

TISZTELT VÁSÁRLÓINK ÉS KERESKEDŐK!

■ Felhívjuk figyelmüket az új szabályozásokra, melyek 2020. május 1-jei hatállyal léptek életbe a zalaegerszegi piacon.

A vásárcsarnokban és a piacon MINDEN eladó és vásárló részére kötelező a maszk illetve az arcot eltakaró kendő, sál viselése! Az eladók részére kötelező továbbá a kesztyűben történő kiszolgálás!

Kötelező az előírt távolság betartása. Minimum 1,5–2,0 m.

Minden árus köteles a saját árusítóhelyét tisztán tartani és fertőtleníteni!

A vásárcsarnok, mint intézmény gondoskodik a közösségi közlekedési helyek folyamatos fertőtlenítéséről!

Újraindulhat az iparcikk árusítása!

Vasárnap újra működhet a használtcikk-piac! Ez nem jelenthet felesleges gyűlekezési lehetőséget!

Lesz továbbá ételsütés elvitelre!

A fentiek miatt fokozott ellenőrzést tartunk, akik az előírásoknak nem megfelelően tartózkodnak, illetve árusítanak, azokkal szemben intézkedni fogunk!

Kérjük, vigyázzanak egymásra és továbbra is

**VEGYÉK, VIGYÉK,
MAJD MINDENKI MARADJON OTTHON!**

CSALÁDSEGÍTŐT KERESNEK ESETMENEDZSERT KERESNEK

A ZALAEGERSZEGI CSALÁD- ÉS GYERMEKJÓLÉTI KÖZPONT

FELVÉTELT HIRDET 2 FŐ RÉSZÉRE

határozatlan időre, teljes munkaidőben,

CSALÁDSEGÍTŐ MUNKAKÖRBE.

Pályázati feltételek: A személyes gondoskodást nyújtó gyermekjóléti, gyermekvédelmi intézmények, valamint személyek szakmai feladatairól és működésük feltételeiről szóló 15/1998. NM-rendelet 2. számú mellékletében.

A jelentkezéshez csatolandó:

- szakmai önéletrajz,
- végzettséget igazoló okiratok másolata.

Bérezés: KJT alapján.

A pályázat elbírálásánál előnyt jelent a szociális területen szerzett szakmai tapasztalat.

Az állásról bővebb információ kérhető Zsolnai Judit intézményvezetőtől a 92/316-930 telefonszámon vagy személyesen az intézményben.

Pályázat benyújtásának módja:

postai úton: Zalaegerszegi Család- és Gyermekjóléti Központ
8900 Zalaegerszeg, Apáczai Csere János tér 5.
E-mail: zsolnai.judit@zalasam.hu

Az állás az elbírálást követően azonnal betölthető.

A ZALAEGERSZEGI CSALÁD- ÉS GYERMEKJÓLÉTI KÖZPONT

FELVÉTELT HIRDET 5 FŐ RÉSZÉRE

határozatlan időre, teljes munkaidőben,

ESETMENEDZSER MUNKAKÖRBE.

Pályázati feltételek: A személyes gondoskodást nyújtó gyermekjóléti, gyermekvédelmi intézmények, valamint személyek szakmai feladatairól és működésük feltételeiről szóló 15/1998. NM-rendelet 2. számú mellékletében

A jelentkezéshez csatolandó:

- szakmai önéletrajz,
- végzettséget igazoló okiratok másolata.

Bérezés: KJT alapján.

A pályázat elbírálásánál előnyt jelent a szociális területen szerzett szakmai tapasztalat.

Az állásról bővebb információ kérhető Zsolnai Judit intézményvezetőtől a 92/316-930 telefonszámon vagy személyesen az intézményben.

Pályázat benyújtásának módja:

postai úton: Zalaegerszegi Család- és Gyermekjóléti Központ
8900 Zalaegerszeg, Apáczai Csere János tér 5.
E-mail: zsolnai.judit@zalasam.hu

Az állás az elbírálást követően azonnal betölthető.

NYEREMÉNYJÁTÉK A MAGYAR ÁLLAMKINCSTÁRBAN

■ **A Magyar Államkincstár fontosnak tartja, hogy a koronavírus-járvány okozta veszélyhelyzetben is biztosítani tudja leendő és meglévő ügyfeleinek értékpapírszámla-nyitási, Start-értékpapírszámla-nyitási és állampapír befektetési szolgáltatásainak elérését.**

A kényelmes és egészségvédelmi szempontból biztonságos Ügyfélkapun (www.magyarország.hu) keresztül történő értékpapírszámla, Start-értékpapírszámla nyitás, valamint az online állampapír-vásárlás a lakosság minél szélesebb körében történő megismertetése érdekében a Kincstár 2020. április 27-én nyereményjátékot indított. A játékban minden online számlát nyitó, illetve állampapírt vásárló ügyfél részt vehet. Az Ügyfélkapun keresztül értékpapír-nyilvántartási vagy Start-számlát nyitók 100 ezer forint értékű nyereményutalványt, az állampapírt vásárló kincstári ügyfelek 50 ezer forint értékű nyere

ményutalványt nyerhetnek.

HÁZI GYERMEKORVOSI RENDELÉS MEGVÁLTOZOTT HELYSZÍNEN

■ **Tájékoztatjuk a zalaegerszegi a XII. sz. házi gyermekorvosi körzet lakóit, hogy a körzetben a gyermekorvosi ellátást 2020. április 20. napjától dr. Hóbor Miklós házi gyermekorvos a Zalaegerszeg, Nemzetőr u. 34. szám alatti rendelőben biztosítja.**

A RENDELÉS IDEJE ÉS A TELEFONSZÁM AZ ALÁBBIAK SZERINT VÁLTOZIK:

Rendelési idő: hétfő:	8.00–11.00
kedd:	8.00–10.00
szerda:	8.00–11.00
csütörtök:	8.00–11.00
péntek:	8.00–11.00

Házi gyermekorvos: dr. Hóbor Miklós
Telefonszám: +36-92/511-063 • +36-92/314-416

KEDVES ÜGYFELEINK!

MIKÖZBEN MINDEN CSATORNÁN HALLHATÓ, HOGY „MARADJ OTTHON”, A HULLADÉKUDVARBA VÁLTOZATLANUL NAGY MENNYISÉGBEN TÖRTÉNIK A HULLADÉKOK BESZÁLLÍTÁSA.

- **Kérjük, amennyiben most végzik a nagytakarítást a házukban és a ház körül, a feleslegessé vált tárgyaktól ne most próbáljanak megszabadulni.**
- **Kérjük, a leadni kívánt tárgyak tárolására keressenek átmenetileg más megoldást otthonukban.**
- **A hulladékudvarban már bevezetett korlátozások azt a célt szolgálják, hogy lassítsuk a vírus terjedését az Önök és munkatársaink védelme érdekében.**

KÉRÜNK MINDENKIT, AKI TEHETI, HOGY MARADJON OTTHON!

Köszönjük megértésüket és türelmüket!

ZALAEGERSZEGI BELVÁROSI II. SZÁMÚ ÓVODA

A KÖZALKALMAZOTTAK JOGÁLLÁSÁRÓL SZÓLÓ 1992. ÉVI XXXIII. TÖRVÉNY 20/A § ALAPJÁN

PÁLYÁZATOT HIRDET

ZALAEGERSZEGI BELVÁROSI II. SZÁMÚ ÓVODA INTÉZMÉNY SZÉKHELYE RADNÓTI UTCAI ÓVODA

ÓVODAPEDAGÓGUS munkakör betöltésére.

A közalkalmazotti jogviszony időtartama:

határozatlan idejű közalkalmazotti jogviszony.

Foglalkoztatás jellege: teljes munkaidő.

A munkavégzés helye: Zala megye,
8900 Zalaegerszeg, Kosztolányi tér 25.

A munkakörbe tartozó, illetve a vezetői megbízással járó lényeges feladatok:

Gyermekek óvodai nevelése, iskolai életmódra történő felkészítése egyéni differenciált fejlesztéssel a szabályozó dokumentumok előírása szerint. Részvétel a nevelőtestület, alkalmazotti közösség munkájában, az óvoda hagyományainak ápolása.

Illetmény és juttatások:

Az illetmény megállapítására és a juttatásokra a Közalkalmazottak jogállásáról szóló 1992. évi XXXIII. törvény rendelkezései az irányadók.

Pályázati feltételek:

- felsőfokú képesítés, óvodapedagógus,
- ECDL,
- magyar állampolgárság, büntetlen előélet igazolása, 3 hónapnál nem régebbi erkölcsi bizonyítvány.

A pályázat elbírálásánál előnyt jelent:

- ECDL,
- szakmai önéletrajz, erkölcsi bizonyítvány, nyilatkozat arról, hogy pályázati anyagban foglalt személyes adatainak kezeléséhez hozzájárul, hogy harmadik személy megismerheti a pályázati anyagot.

A pályázat részeként benyújtandó iratok, igazolások:

- szakmai önéletrajz, erkölcsi bizonyítvány, nyilatkozat arról, hogy pályázati anyagban foglalt személyes adatainak kezeléséhez hozzájárul, hogy harmadik személy megismerheti a pályázati anyagot.

A munkakör betölthetőségének időpontja:

A munkakör legkorábban 2020. augusztus 15. napjától tölthető be.

A pályázat benyújtásának határideje: 2020. június 19.

A pályázati kiírással kapcsolatosan további információt Pődörné Hajdu Ibolya nyújt, a +36-30/991-3986-os telefonszámon.

A pályázatok benyújtásának módja:

Postai úton, a pályázatnak a Zalaegerszegi Belvárosi II. Számú Óvoda címére történő megküldésével (8900 Zalaegerszeg, Radnóti utca 1.). Kérjük a borítékon feltüntetni a pályázati adatbázisban szereplő azonosító számot: 2-142/13-2020, valamint a munkakör megnevezését: óvodapedagógus.

A pályázat elbírálásának módja, rendje:

A pályázati kiírásban előírt követelmények szerint bizottság dönt. Sikertelen pályázat esetén külön értesítés nincs. A pályázatok átvétele egyeztetést követően 2020. augusztus 31. napig biztosított.

A pályázat elbírálásának határideje: 2020. június 30.

A pályázati kiírás további közzétételének helye, ideje:

Zalaegerszeg megyei jogú város hivatalos honlapján – 2020. április 30.
ZalaEgerszeG hetilap – 2020. május 5.

ZALAEGERSZEGI BELVÁROSI II. SZÁMÚ ÓVODA

A KÖZALKALMAZOTTAK JOGÁLLÁSÁRÓL SZÓLÓ 1992. ÉVI XXXIII. TÖRVÉNY 20/A § ALAPJÁN

PÁLYÁZATOT HIRDET

ZALAEGERSZEGI BELVÁROSI II. SZÁMÚ ÓVODA INTÉZMÉNY SZÉKHELYE RADNÓTI UTCAI ÓVODA

ÓVODAPEDAGÓGUS munkakör betöltésére.

A közalkalmazotti jogviszony időtartama:

határozott idejű, 2020. 08. 15-től 2021. 02. 28-ig tartó közalkalmazotti jogviszony.

Foglalkoztatás jellege: teljes munkaidő.

A munkavégzés helye: Zala megye, 8900 Zalaegerszeg, Petőfi Sándor utca 25–27.

A munkakörbe tartozó, illetve a vezetői megbízással járó lényeges feladatok:

Gyermekek óvodai nevelése, iskolai életmódra történő felkészítése egyéni differenciált fejlesztéssel a szabályozó dokumentumok előírása szerint. Részvétel a nevelőtestület, alkalmazotti közösség munkájában, az óvoda hagyományainak ápolása.

Illetmény és juttatások:

Az illetmény megállapítására és a juttatásokra a Közalkalmazottak jogállásáról szóló 1992. évi XXXIII. törvény rendelkezései az irányadók.

Pályázati feltételek:

- felsőfokú képesítés, óvodapedagógus,
- ECDL,
- magyar állampolgárság, büntetlen előélet igazolása, 3 hónapnál nem régebbi erkölcsi bizonyítvány.

A pályázat elbírálásánál előnyt jelent:

- ECDL,
- szakmai önéletrajz, erkölcsi bizonyítvány, nyilatkozat arról, hogy pályázati anyagban foglalt személyes adatainak kezeléséhez hozzájárul, hogy harmadik személy megismerheti a pályázati anyagot.

A pályázat részeként benyújtandó iratok, igazolások:

- szakmai önéletrajz, erkölcsi bizonyítvány, nyilatkozat arról, hogy pályázati anyagban foglalt személyes adatainak kezeléséhez hozzájárul, hogy harmadik személy megismerheti a pályázati anyagot.

A munkakör betölthetőségének időpontja:

A munkakör legkorábban 2020. augusztus 15. napjától tölthető be.

A pályázat benyújtásának határideje: 2020. június 19.

A pályázati kiírással kapcsolatosan további információt Pődörné Hajdu Ibolya nyújt, a +36-30/991-3986-os telefonszámon.

A pályázatok benyújtásának módja:

Postai úton, a pályázatnak a Zalaegerszegi Belvárosi II. Számú Óvoda címére történő megküldésével (8900 Zalaegerszeg, Radnóti utca 1.). Kérjük a borítékon feltüntetni a pályázati adatbázisban szereplő azonosító számot: 2-141/13-2020, valamint a munkakör megnevezését: óvodapedagógus.

A pályázat elbírálásának módja, rendje:

A pályázati kiírásban előírt követelmények szerint bizottság dönt. Sikertelen pályázat esetén külön értesítés nincs. A pályázatok átvétele egyeztetést követően 2020. augusztus 31. napig biztosított.

A pályázat elbírálásának határideje: 2020. június 30.

A pályázati kiírás további közzétételének helye, ideje:

Zalaegerszeg megyei jogú város hivatalos honlapján – 2020. április 30.
ZalaEgerszeG hetilap – 2020. május 5.

A KÖZIGÁLLÁS publikálási időpontja:

A pályázati kiírás közzétevője a Belügyminisztérium (BM). A pályázati kiírás a munkáltató által az NKI részére megküldött adatokat tartalmazza, így annak tartalmáért a pályázatot kiíró szerv felel.

EGY SIKERES PÁLYAFUTÁS MOTTÓJA

„JÓ LENNE MÉG MINDIG JÁTSZANI”

■ Fényes játékos-pályafutás áll Csatáné Balogh Beatrix mögött. Aktív kézilabdázóként a Dunaferri oszlopos tagjaként Bajnokok Ligáját, EHF Kupát, Európai Szuper Kupát nyert. Külföldi profi pályafutása során szerepelt az osztrák Hypo együttesében, ott is több trófeát begyűjtött. Játzott spanyol bajnokságban is. A magyar válogatott színeiben Eb-arany-, bronzérem, olimpiai ezüstérem szerepel eredménylistáján. Az egykori remek szélső manapság az NB II-es Egerszegi KK női csapatának vezető-edzője.

– **Eredményes játékos-pályafutást mondhat magáénak. Nem érzi úgy, hogy kicsit elfelejtették a honi kézilabdában?**

– Abszolút nem zavar, hogy nem kapok nagyobb szerepet. A sportágban ezen a szinten is lehet eredményeket elérni. Jelenleg Egerszegen dolgozom, nagyon szeretem az itteni munkámat. Engem nem zavar, hogy az NB II-ben kell ténykednem, tökéletesen megfelel számomra.

– **Játékos-pályafutása során sok trófeát, érmet begyűjtött. Van hiányérzete? Netán egy olimpiai aranyérem?**

– Különösebb hiányérzetem nincsen, amit lehetett, azt elértem. Egyetlen dolog hiányzik, jó lenne még mindig kézilabdázni. Nagyon szerettem játszani. Nehéz volt

megélnem, hogy az olimpiai ezüst-érmünk nem lett fényesebb, hogy „csak” másodikak lettünk. Az idő múlásával a második helyet is óriási dolognak tartom.

– **Maradva az olimpiai döntőnél, jelentős előnnyel vezettek a fináléban, mégis elvesztették. Mi történt akkor a csapattal?**

– Sokszor átgondoltam azóta is a történeteket. Nagyon nehéz erre választ adni. Talán a jelentős előny birtokában az edzők és mi játékosok is azt hittük, hogy már megvan az aranyérem. Nem tudtunk ritmus váltani, ellenfelünk lendületet kapott és fordított ellenünk.

– **A játékos-pályafutása befejezése után hol kezdett edzőként dolgozni?**

– Marcaliban, az NB II-es csa-



patnál kezdtem a munkát, de mellette már az utánpótlással is foglalkoztam.

– **Egerszegen is NB II-es csapatnál dolgozik. Idővel vállalna nagyobb feladatot is?**

– A jelen helyzet számomra nagyon megfelel. Szép feladatnak tartom olyan gyerekekkel is megszerettetni a kézilabdát, akik nem a legtehetségesebbek. Velük elérni eredményt, hogy folyamatosan fejlődjenek. Igazán szép edzői feladat, ez a tény motivál a pályán. Természetesen nagyon örülök,

hogy tehetséges gyerekek is érkeznek közénk. Mindkét csoportból kihozni a maximumot. Az igen. A kevésbé tehetségeseket a kézilabda mellett tartani, az is szép feladat.

– **Sportos család az öné. A férje jégkorongozott, ön kézilabdázott, a lánya is az Egerszegi KK-ban játszik. Ő nem vágyik többre?**

– Remélem, a lányom még játszik magasabb osztályban. Amit itt a klubnál tudtam neki adni, az itteni lehetőségek között elég volt. Jövőre mi lesz? A csapat meghatározó játékosa lett. Ő és a többi játékos szempontjából rosszul jött a járvány miatti kényszer-szünet. Lelassította fejlődésüket, hogy nagy szünet van a bajnokságban. Hol folytatja a következő szezon a lányom, ezen gondolkodunk.

– **Egykor Zalaegerszeg, a Caola SE révén vidéki kézilabda-fellegvár volt. Lehet itt még újból élcspat?**

– Számomra nem az a fontos, hogy milyen osztályban szerepel a felnőttcsapat. Legfontosabbnak az utánpótlás nevelését tartom. Vásárolni játékos, ahhoz sok pénz kell. A járvány után nehéz lesz a sportágak, benne a kézilabda helyzete. Számunkra a legfontosabb a szinten tartás és az utánpótlásban a legtöbb csapatot versenyeztetni. A többi már a jövő zenéje.

DÖNTŐ LESZ

A TOPFORMAKÖZELI ÁLLAPOT

MÁRTON GÁBOR A BAJNOKSÁG FOLYTATÁSÁRÓL

■ Ma két hete, hogy elkezdődtek az otthoni tréningeket felváltó kiscsoportos edzések ZTE FC-nél, amelyek során még fizikai érintkezések nélkül, de már labdás feladatokat végeznek a labdarúgók. A tapasztalatokról a csapat vezetőedzőjét, Márton Gábort kérdeztük.

– **Milyen formában tértek vissza a játékosok az egyéni edzések időszaka után?**

– A jelenlegi edzésekből még nem derül ki teljesen az, hogy hol tartanak, majd akkor kapunk tisztább képet, ha a normális, csapat-szintű tréningeket is el tudjuk kezdeni. Az biztos, hogy az otthoni, erőnléti feladatokat mindenki becsületesen elvégezte, ezt műszerek segítségével tudtuk is mérni, viszont most már a labdás feladatokon is van a hangsúly.

– **Az MLSZ bejelentése szerint három hét felkészülési idő áll majd rendelkezésre a bajnokság folytatását megelőzően. Legendő ez?**

– Ezt kell kihasználnunk és kihozni belőle a maximumot. Mivel mi már két hete elkezdjük a kiscsoportos edzéseket, a három hét



labdás edzés legalább hat lesz, de az a három hét azért lesz fontos, mert akkor már csapatszinten gyakorolhatunk majd és foglalkozhatunk a taktikával is. Ha meglesz a végleges döntés a bajnokság folytatásáról és annak időpontjáról, elkezdünk majd, készülni konkrétan az ellenfelekre is. Amint erre lehetőség lesz, szeretnénk edzőmérkőzéseket is játszani a folytatás előtt, ezekre nagy szükség lesz.

– **Mit hozhat a bajnokság folytatása?**

– Ez egy teljesen új helyzet lesz, de az biztos, hogy az döntő lesz, hogy mely csapatok kerülnek már a folytatásra topformaközel állapotba, és kinek lesz szüksége két-három bajnokira ahhoz, hogy felvegye a ritmust. Mi azért dolgozunk, hogy az előbbi kategóriába tartozzunk majd!

– **A szavaidból úgy tűnik, nagyon hiányzik a „normális” foci...**

– Így van, hiszen mint volt játékos és mint edző, szeretek a labda közelében lenni, edzést tartani, és hiányzik a meccsek hangulata is. Bizom benne, hogy minél előbb újra mérkőzéseket játszhatunk majd, és a pályán bizonyíthatjuk be, hogy helyünk van az élvonal csapatai között.

(www.ztefc.hu)

MÁSKÉNT GONDOLJÁK A NŐKNÉL, MINT A FÉRFIAKNÁL

ZALAI SZUPERLIGÁS TEKECSAPATOK A FOLYTATÁSRÓL

■ Az országos sportági szövetségek sorában a tekézők testülete is meghozta döntését a járvány miatt félbeszakadt bajnokságok kapcsán. A testület két variációt vázolt fel a csapatok elé. A kijárási korlátozások csökkennek, és kinyithatják a pályákat. A csapatok május 15-től edzhetnek, május 31-től folytatódna a bajnokság. A másik variáció, ha nem tudnák befejezni a bajnokságot, a március 7-i állapot szerint lezárnák a bajnokságot. A kiesés és a feljutás kérdésében kikérnék a csapatok véleményét. A két szuperligás zalai csapat edzői különböző véleményen vannak a szövetségi döntésről.



– Az országos testület döntését nyilván el kell fogadnunk – hangoztatta Baján János, a ZTE ZÁÉV edzője. – Számomra a második verzió az elfogadhatóbb. Miért? Jóval kisebb az egészségügyi kockázata. A tekepályák megnyitásával nyilván több személyes kontaktus keletkezik. A lazítással a járvány még nem tűnik el. Ki vállalja annak egészségügyi kockázatát, ha egy játékos megfertőződik. A tekecsarnokok kis légtérűek. Amatőr játékosok lévén a szezon beelőg a nyárba, éppen befejezésük. Nagyon kis szünet után kezdenék a felkészülést a következő idényre, ami elég zavaró lenne. Számomra első a játékosok egészsége. A második megoldás szimpatikusabb számomra. Nem azért, mert az első helyen állunk.

A FÉRFIBAJNOKSÁGBAN kevesebb forduló van hátra, mint a hölgyeknél, és nagyon szoros a mezőny. A bajnoki befejezésről más a véleménye Fehér Lászlónak, a ZTK FMVas edzőjének.

– Azt szeretném, hogy a pályán dőljön el a bajnoki cím és a kiesés sorsa, természetesen az egészségügyi szabályokat betartva – érvelt Fehér László. – A folytatást zárt kapus rendszerben kép-

zelném el. A jelen állás szerinti befejezés is sántít. Azt írja a szövetség, hogy a március 7-i állapot szerint hirdetnék ki a végeredményt. Eszerint mi lennénk a bajnokok, a versenykiírás viszont másképp rendelkezik. Legnagyobb riválisunkkal, a Szegeddel szemben az egymás elleni eredmény tekintetében rosszabbul állunk. A tavaszi idényben még nem játszottunk velük. Az ilyen fajta lezárással nem értenék egyet. Számomra az lenne a legszimpatikusabb, ha az egész idényt elfelejtene az országos szövetség.

Mindkét csapat egyelőre vár, de ha eljön az idő, az országos szövetség döntését kénytelenek lesznek elfogadni.

HORVÁTH Zalaegerszeg, Bartók Béla u. 55
AUTÓSZERVIZ
 Tel.: 92/599-047 · 06-20/931-9359

MŰSZAKI VIZSGÁZTATÁS HELYBEN
 – GUMISZERELÉS ÉS CENTRÍROZÁS
 – klimatizálás és -javítás • lengéscsillapító- és fékhátsármérés
 • futóműellenőrzés és -állítás • eredetiségvizsgálat
 – motordiagnosztika • olajcsere • egyéb javítások

Az egyik legrégebbi márkafüggetlen szervíz a városban!

MÁJUS 23-ÁN FOLYTATÓDHA A BAJNOKSÁG

LABDARÚGÓ-MÉRKŐZÉSEK ZÁRT STADIONOKBAN

■ Az MLSZ közleménye szerint a rendezvénykorlátok továbbra is érvényben maradnak, Magyarországon rendezvényeket augusztus 15-ig nem lehet tartani, ez jelen helyzetben valószínűleg azt is jelenti, hogy addig biztosan nem rendezhetnek szurkolók előtt mérkőzéseket.

Ugyanakkor, miután az Orbán Viktor miniszterelnök által bejelentett, a kijárási korlátozásokat lazító intézkedések Budapestre nem vonatkoznak, ezért Gulyás Gergely miniszter tájékoztatása alapján nem volt egyértelmű, hogy az edzésekre és a zárt körű meccsrendezésre vonatkozó engedély az egész országra vagy csak vidékre érvényes-e?

A Magyar Közlöny 2020. évi 96. számában a

kormány 170/2020. (IV. 30.) számú rendelete, amelynek első paragrafusának első bekezdésében rögtön fel is oldja a problémát.

Magyarország egész területén

a) sportrendezvény nézők nélkül, zárt körülmények között megtartható,
 b) a sportegyesület által szervezett, valamint az amatőr sport, a szabadidős sport és a tömegsport célú edzésen való részvétel megengedett – áll a Magyar Közlönyben.

Mindent összegezve ez tehát azt jelenti, hogy a május 4-én életbe lépő mai bejelentés és a labdarúgó-szövetség múlt heti közlése alapján akár már május 23-án folytatódhat a bajnokság, aminek pontos időpontjáról az MLSZ elnökségének kell döntést hoznia.

Lőrincz Endre
FÜGGETLEN
NAPELEM-
TANÁCSADÓ
 Tel.: 30/746-5377
simplered solar.hu/partner/lorincz-endre

MARAI KAROSSZÉRIA

- kipufogó-gyorsszerviz
 - sérült és korrodált autók javítása
 - alváz- és üregvédelem
- NAPI LEGJOBB ÁRON,**
1 ÉV GARANCIÁVAL
 Zalaegerszeg-Besenyő, Hegyi u. 17.
 Telefon: 30/9373-638
AUTÓMENTÉS 0-24 ÓRÁIG!

FORD ECOSPORT

1.5 Sigma Titanium Powershift (2016.12.)

ELADÓ újszerű állapotban, garázsban tartott, automata váltós (6 fokozat), 47.500 kilométerrel, 2021-ig érvényes műszakival, rendszeresen és frissen szervizelt – assistance.

Ár: 4,09 M Ft.
 Érd.: 20/549-5188.



ONLINE SZAVAZÁSSAL

A SAKK-CSB HATÁROZATLAN IDŐRE ELHALASZTVA

■ A Magyar Sakk Szövetség elnöksége online szavazáson úgy döntött, hogy a csapatbajnokság hátra lévő fordulóit határozatlan időre elhalasztja.



– Nem tartjuk jónak a testület döntését – hangoztatta Horváth Tamás, a Z. Csuti SK szakmai igazgatója. – A bajnokságot le kellett volna zárnunk valamilyen formában. A járvány nem mostanában cseng le. Nyáron a játékosok többsége egyéni versenyeken szerepel. A sakkban a partik során jó, ha van félméteres távolság a két játékos között, ami kevés. Játsszani maszkban és kesztyűben nem igen lehet, mert kihat a koncentrációra. Nálunk egyébként nem ez a legnagyobb gond, hanem az anyagiak. Nem tartozunk a társasági adó alá eső sportágak közé. Minden támogatásért nagyon meg kell küzdenünk. Az önkormányzattól már kapunk egy levelet, hogy a járványra való tekintettel még nem tudják, mennyivel segítik a Csutit. Azt a következtetést vontam le, biztosan nem a betervezett összeggel. A szponzorainktól is kevesebbet kapunk, így még a jövő évi költségvetésünk is bizonytalan.

A MEGYE EGYETLEN ÁLTALÁNOS SPORTPORTÁLJA

ZalaSport
 Sporthírek, sportinformációk Zala megyéből

Mindig aktuális sporthírekkel, információkkal, érdekességekkel
www.zalasport.hu

NE FELEJTSE EL LECSERÉLNI!

Személygépjárművek esetében 18" méretig
kerékcseré 5400 Ft + ÁFA / 4 db | gumicsere 7600 Ft + ÁFA / 4 db

Személygépjárművek esetében 19" mérettől
gumicsere 9500 Ft + ÁFA / 4 db

Haszonjárművek esetében
kerékcseré 5400 Ft + ÁFA / 4 db | gumicsere 8000 Ft + ÁFA / 4 db

Gumihotel szolgáltatás
8000 Ft + ÁFA / 4 db - 12 hónapra

Minimum bruttó 85 000 Ft-os szervizszámra esetén
ajándék ózon generátoros fertőtlenítés!

VÁRJUK ZALAEGERSZEG LEGMODERNEBB ÉS LEGNAGYOBB JAVÍTÓHÉLYÉBEN!

WWW.SPIRITAUTO.HU
ZALAEGERSZEG, BOZSOKI U. 1/D.
TEL: 92/599-900

SPIRIT AUTO - Az autótól kezdve

MTE Agropont Gépjárműalkatrész Kft.

MTE Autósbolt Gépjárműalkatrész Kft.

MTE Gumimix

marsopont

www.mtekft.hu

PATENT
CSALÁDJA ÉS LAKÁSA BIZTONSÁGA

RIASZTÓRENDSZER + KIVONULÓ SZOLGÁLAT

50% KEDVEZMÉNYEL!

Zalaegerszeg, Ola u. 29. Tel.: 06-30/50-60-111
zalaegerszeg@patentcsoport.hu www.securitypatent.hu

VESZÉLYES FÁK KIVÁGÁSA
FELELŐSSÉGVÁLLALÁSSAL

VARGA TIBOR

8900 Zalaegerszeg, Landerhegyi u. 26. IX/56

Tel./fax: 92/319-003
E-mail: vargatibor002@gmail.com Mobil: 30/3571-413

Kiss Sándor GUMISZERELÉS, CENTRIROZÁS

ÚJ ÉS HASZNALT GUMIABRONCSOK, FELNIK FORGALMAZÁSA.

ZALAEGERSZEG, ERDŐS U. 28. TEL: 92/318-004, 30/9728-187

B&N FUVAROZÁS

HÁZHOZZÁLLÍTÁST, KÖLTÖZTETÉST MEGRENDELHETI:

Tel.: 06-30/460-5181

VILLANYSZERELÉST VÁLLALUNK!

VARGA PÉTER
egyéni vállalkozó

30-204-3685

www.vizeshazfalak.hu

Vizes falak

Ingyenes felmérés!

Utólagos szigetelése lemeztöréssel technológiával

Tőser Árpád
Vízszigetelő KFT

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

KÖZÉRDEKŰ SZOLGÁLTATÁSOK 2020. MÁJUS 5.

Zalai Közzolgáltató Nonprofit Kft.

8900 Zalaegerszeg, Deák tér 3-5/C

Nyitvatartás: H.: 9.00-15.00; K.: 9.00-17.00;
Sz.: 8.00-20.00; CS.: 9.00-17.00; P.: 9.00-15.00

KÖZPONTI TELEPHELY: 8900 ZALAEGERSZEG, GASPARICH U. 26.
Tel.: 92/900-036

TEVÉKENYSÉGI KÖRÖK:

- Hulladékgazdálkodási közszolgáltatás ellátása
- Kommunális, szelektív hulladékgyűjtés
- Házhoz menő szelektív és biohulladék-gyűjtés

Zalaegerszegen, a házhoz menő szelektív gyűjtés következő időpontjai:

Sárga zsák: 2020. 05. 27., 28. (Városrészenként eltérően)
Részletek: www.zkn.hu

Kék zsák: 2020. 05. 29. Papír: minden hónap utolsó pénteki napja.

Zöldhulladék gyűjtése: 2020. április 1-től december 1-ig
heti rendszerességgel történik

Üveg: 2020. 08. 07.

Kérjük, a zsákokat a szállítás napján reggel 6 óráig helyezték ki!

A TIT EGYESÜLET AZ ALÁBBI KÉPZÉSEKET INDÍJA ZALAEGERSZEGEN

- ÉPÍTŐ- ÉS ANYAGMOZGATÓ GÉP KEZELŐJE E-000803/2014/A001
- KISTELJESÍTMÉNYŰKAZÁN-FŰTŐ E-000803/2014/A007
- GÉPKEZELŐ HATÓSÁGI VIZSGA
- TŰZVÉDELMI SZAKVIZSGA
- MUNKAVÉDELMI KÉPVISELŐK TOVÁBBKÉPZÉSE

JELENTKEZÉS ÉS REGISZTRÁCIÓ:

TIT EGYESÜLET

TEL./FAX: 92/510-159 • MOBIL: 30/429-0057, 30/477-6070,
E-MAIL: TITZALA@T-ONLINE.HU • HONLAP: WWW.TITZALA.HU
NYILVÁNTARTÁSI SZÁM: E-000803/2014

A VOKSH OKTATÁSI KFT.

FOLYAMATOSAN INDULÓ KÉPZÉSEINK:

- OKJ GÉPKEZELŐ + HATÓSÁGI VIZSGA
Targonca E-000883/2014/A001 • Emelőgép-kezelő E-000883/2014/A003,
Földmunka-, rakodó- és szállítógép-kezelő E-000883/2014/A002 szakmairányokban;
- ADR VESZÉLYESÁRU-SZÁLLÍTÓ;
- GKI TEHERAUTÓ-VEZETŐ ÉS AUTÓBUSZ-VEZETŐ;
- KÖZÚTI ÁRUFUVAROZÓ, SZEMÉLYSZÁLLÍTÓ VÁLLALKOZÓ;
- TAXIVEZETŐ, VÁLLALKOZÓ;
- A, B, BE, C, CE, D, D1 KATEGÓRIÁK – e-learning-oktatás keretében is.

KEDVEZŐ ÁRAKON! Megyei kártyára kedvezmény!
Részletekről érdeklődjön irodáinkban! • Részletfizetés és tankönyvkölcsönzés!
Zalaegerszeg, Gárdonyi u. 2. Tel.: 92/511-103
Nagykanizsa, Ady u. 30. Tel.: 93/516-634
F. eng.: E-000883/2014

ÁK: 139,53%, 158,7% VSM: elmélet: 69,01%; 77,27% forgalom: 61,62%, 66,28% ÁKK: 216,600%

Ernesto PIZZAFUTÁR

92/324-774
30/685-6260

VÁLASZD A **SEMEMÉLYGÉPKOCSI**-VEZETŐI
ONLINE KRESZ-TANFOLYAMUNKAT!

A rendkívüli helyzetre való tekintettel
KÜLÖNÖSEN AJÁNLOTT A DIÁKOK SZÁMÁRA!
Nem kell tanfolyamra járnod, otthon tanulhatsz!

– E-LEARNING + IGÉNY SZERINTI INGYENES TELEFONOS ILL. ONLINE KONZULTÁCIÓ –
internetes tesztrendszer segítségével!

BÁRMIKOR KEZDHETSZ, AZ ELŐREHALADÁS TŐLED FÜGG!

SIKERES KRESZ-VIZSGA = INGYENES ELMÉLET!
RENDKÍVÜLI KEDVEZMÉNYEK: – IFJÚSÁGI KEDVEZMÉNY +
– 3 FŐTŐL – EGYÜTTJELENTKEZÉS ESETÉN – LÉTSZÁMTÓL FÜGGŐ CSOPORTKEDVEZMÉNY!
RÉSZLETFIZETÉS

JELENTKEZÉS, REGISZTRÁCIÓ: www.ganzautosiskola.hu
TELEFON: 06-30/373-0818 • E-MAIL: info@ganzautosiskola.hu
OKÉV SZÁM: 20-0112-05 VSM: E: 27,27-50%; FOR: 37,5-66,67%; ÁKÓ: 150%; ÁKK: 190.000-196.000

TÉVÉSZERVIZ

NÉMETH GÁBOR Zalaegerszeg, Köztársaság u. 69-71.
92/317-493 · 30/629-8756 · Nyitva: H-P: 9-12 és 15-17 óráig

zalavíz
ÉSZAK-ZALAI VÍZ- ÉS CSATORNAMŰ ZRT.

KÖZPONTI ELÉRHETŐSÉGÜNK

8900 Zalaegerszeg, Balatoni út 8.
Postacím: 8901 Zalaegerszeg, Pf.: 178
Telefon: 92/500-300; Fax: 92/500-303
E-mail: zalaviz@zalaviz.hu; www.zalaviz.hu
Ingyenesen hívható hibabejelentő: 80/202-178

ÜGYFÉLSZOLGÁLATI IRODÁINK

ZALAEGERSZEG	Ügyfélfogadás:
Zalaegerszeg, Deák F. tér 3-5/C Fsz. 4. Telefon: 92/500-390; 92/500-391 Hátralékezelés: 92/500-392 E-mail: ugyfelszolgalat@zalaviz.hu	h.: 9.00-15.00 k.: 9.00-17.00 sze.: 8.00-20.00 cs.: 9.00-17.00 p.: 9.00-15.00

ZALASZENTGRÓT:	Ügyfélfogadás:
Zalaszentgrót, Mező F. u. 27. Telefon: 92/500-390; 92/500-391 E-mail: ugyfelszolgalat@zalaviz.hu	h., sze., p.: zárva k.: 12.00-18.00 cs.: 8.00-14.00

LENTI:	Ügyfélfogadás:
Lenti, Honvéd u. 31. Telefon: 92/500-394 E-mail: ugyfelszolgalat@zalaviz.hu	h., sze., p.: zárva k.: 14.00-18.00 Cs: 8.00-12.00

LÉSZ
LAKÁSSZERELŐ ÉPÍTŐI ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

8900 Zalaegerszeg, Kert u. 39.
Telefon: 92/312-730
92/511-670

www.leszkft.hu * info@leszkft.hu

VÁROSI ÜGYFÉLSZOLGÁLATI IRODA: ZALAEGERSZEG, DEÁK TÉR 3-5/C FSZ.

- Ingatlankezelés**
- Épületek, lakások felújítása**
- Köztéri bútorok (padok, szemetesek) gyártása**
- Járdák, lépcsők felújítása, térkövezés**
- Hibaelhárítás**
- Épületek, lépcsőházak takarítása**
- Munkásszálló üzemeltetése**
- Asztalos- és lakatosmunkák**
- Társasházi közös képviselet ellátása**
- internetes lekérdezési lehetőséggel**

KASZÁS ÉS TÁRSA KFT.

Zalaegerszeg, Sport utca 8. • Iroda: Zalaegerszeg, Járum F. u. 1/B
Tel./fax.: 511-962 • E-mail: kaszasestarsakft@t-online.hu

VÁLLALUNK:

- szennyvízszippantást,
- csatornatisztítást,
- veszélyeshulladék-szállítást.

HÍVJON! SEGÍTÜNK!

MOBIL MASSZÓR

Svéd-, wellness- és reflexzónás talpmasszázs
teljes körű testmasszázs, reumás fájdalmak kezelése

BEJELENTKEZÉS:
06-30/652-7425

Zalaegerszeg 10 km-es körzetében kérésre hához megyek!

ELADÓ LAKÁS A KERTVÁROSBAN!

Zalaegerszegen, kertvárosi, 54 nm-es, 2 szobás, 2. emeleti, erkélyes, felújított lakás eladó. Bolt, iskola, óvoda, buszmegálló, orvosi rendelő, gyógyszertár „kar-nyújtásnyira”.

Ár: 16,6 M Ft.
Érdeklődni a 30/975-1500-as telefonszámon.