



NYÍREGYHÁZI Napló

NYÍREGYHÁZA MEGYEI JOGÚ VÁROS HETILAPJA • XXXIII. ÉVFOLYAM 4. SZÁM • 2026. FEBRUÁR 2.

Kötelező maszkviselés

A felső légúti megbetegedések kórházon belüli járványos terjedésének megelőzése érdekében 2026. január 23-tól kötelező a maszkviselés a Szabolcs-Szatmár-Bereg Vármegyei Oktatókórház valamennyi tagkórházában és szakrendelőjében – tájékoztatott az intézmény. Az intézkedés minden járó- és fekvőbeteg-ellátást végző osztályra és részlegre kiterjed. A kórház vezetése az intézkedést a betegek, a hozzátartozók és az egészségügyi dolgozók védelmével indokolta, és arra kéri az érintetteket, hogy a maszkviselési szabályok betartásával járuljanak hozzá a biztonságos betegellátáshoz.

Januári rezsisztop

A rendkívüli hideg miatt januárban jelentősen megnöttek a fűtési költségek Magyarországon, sok háztartás pedig átlépte az átlagfogyasztási határt. Emiatt a kormány januári rezsisztopot vezet be, vagyis átvállalja a fűtés miatti többletköltséget 3,3 millió családtól, hogy senkit ne érjen hátrány a rendkívüli időjárás miatt. A részletszabályokon egy külön munkacsoport dolgozott Lantos Csaba energiaügyi miniszter vezetésével, amelynek célja, hogy mindenki számára igazságos megoldást találjanak, figyelembe véve a különböző fűtési módokat. Januárban a gáz- és távhőfogyasztás átlagosan 30 százalékkal emelkedett, az áramfogyasztás kisebb mértékben nőtt, ami jelentős pluszterhet ró a családokra. Az MVM egyelőre felfüggesztette a januári számlák kiküldését, és arra kéri azokat, akik már kaptak számlát, hogy még ne fizessék be, amíg a kormány véglegesíti a szabályokat. Az intézkedés részleteit lapzártánkig nem hozták nyilvánosságra.

A holokauszt áldozataira emlékeztek

A Tennessee Állami Egyetem professzora volt a nyíregyházi levéltár vendége a holokauszt nemzetközi emléknapi alkalmából tartott beszélgetésen. Dr. John C. Swanson évek óta kutatja Közép- és Kelet-Európa történelmét. Jelenleg a Kárpátaljáról Auschwitzba hurcolt zsidók történetét megörökítő fotóalbum segítségével igyekezik feldolgozni az 1944 tavaszán történeteket.



Több mint két évtizedes múltat tekint vissza, hogy a nyíregyházi levéltárban beszélgetéseket, könyvbemutatókat szerveznek egy-egy aktuális témához kapcsolódva. Dr. Bánszki Hajnalka, a Magyar Nemzeti Levéltár Szabolcs-Szatmár-Bereg Vármegyei Levéltára igazgatója kiemelte, a téma iránt hatalmas az érdeklődés, hiszen a 20. század és különösen a holokauszt kutatása folyamatosan új eredményeket hoz. Mint mondta, vendégük nemcsak ezzel foglalkozik, hanem a magyarországi németek elhurcolásával és más nemzetiségek történetével is. Munkáit tudományos igényű, de dokumentumfilmek és szélesebb közönséget elérő csatornák segítségével is bemutatja. Dr. John C. Swanson professzor kutatási területe Közép- és Kelet-Európa történelme a második világháború éveiben. Ausztriai és magyarországi kutatásai után a történész jelenleg Ukrajnában munkálkodik egy fotóalbum feldolgozásán. – Mindig van egy fő téma, ami most a holokauszt album. Ez azokat a fotókat tartalmazza, amelyeket 1944 tavaszán készítették, akkor, amikor a zsidókat deportálták Kárpátaljáról Auschwitzba – nyilatkozta a történész professzor. A tervek szerint a kötet két év múlva jelenhet meg. Bízunk abban, hogy diákjai – akiket háromévente elhoz Magyarországra – így többet megtudnak majd Közép- és Kelet-Európa XX. századi történelméről.

Száz év titka: a szolid élet



Századik születésnapját ünnepelte Markovics Gyula, aki mögött nemcsak egy hosszú, hanem egy rendkívüli életút áll. A holokauszt túlélője, Nyíregyháza megbecsült polgára, több rangos kitüntetés birtokosa még most is sokat olvas, nézi a televíziót és eljár a hitközségi programokra.

A századik gyertyáját fújta el a tortáján Markovics Gyula, aki 1926. január 22-én született Sátoraljaújhelyen. Elemi iskolába is oda járt. A zsidótörvények miatt azonban nem tanulhatott tovább, így ipari tanuló lett: órásnak és ékszerésznek tanult, majd később letette a mestervizsgát, hogy óra-ékszer üzletet nyithasson Vásárosnaményban, amit 1950-ben az összes aranyával együtt államosítottak. Nem sírt utána, inkább számviteli vonalon ipari üzemgazdász diplomát szerzett.

Szép hagyomány a köszöntés

Az ünnepeltet dr. Kovács Ferenc, Nyíregyháza polgármestere is köszöntötte. – Szép hagyomány Nyíregyházán, hogy a százéveseket a polgármester köszönti személyesen. Hála Istennek, már az elmúlt tizenöt év alatt több mint tíz ilyen köszöntésem volt, de ami ritkaság, hogy férfiemberként Gyula bácsi a második, akit köszönhettem százéves korában és remélem, még sokáig itt marad köztünk – mondta a polgármester.

„Soha nem szított gyűlöletet”

Feleségével, Berkovics Irénnel, akivel 60 évig éltek együtt szeretetben, 1956 áprilisában kötöttek házasságot, majd egy évre rá lányuk született, aki később két unokával ajándékozta meg. Lánya, Judit, édesapja auschwitzi megpróbáltatásairól is beszélt. – 18 éves volt, amikor odakerült, szénbányában dolgozott és nagyon kevés élelmiszert kapott. Nagyon hideg volt, kevés ruha volt rajta. Január 22-én, a 19. évét ott élte át úgy, hogy minden lábujja lefagyott és hat hónapig volt kórházban. A túlélés titka egy szó szerintünk: a remény. A remény egy nagyhatalmú szó. Az érdekes dolog édesapámban az, hogy nagyon sokat beszélt a dologról, de soha-soha nem szított gyűlöletet – tette hozzá Markovics Judit, Gyula bácsi lánya.

Szolid élet, rendkívüli száz év

A VAGÉP is Gyula bácsinak köszönheti a nevét, hiszen 1959 októberétől, innen, az igazgatói székéből ment nyugdíjba 1984-ben. A munkaéremrend arany fokozatából nem is egyet kapott, kiérdemelte a Nyíregyháza Városért kitüntetést és az Életműdíjat. Gyula bácsi a mai napig sokat olvas, nézi a televíziót és eljár a hitközségi programokra. Minden rendezvényen és imafoglalkozáson jelen van. A hosszú élet titkát egy mondatban összegezte: szolid életet élni.

(Szerző: Molnár-Körtvélyfáy Zsófia)

Júlia Fürdő: Újabb, egyben régi kérdések és konkrét válaszok

Múlt heti részletes, tájékoztató cikkünk rengeteg kérdést megválaszolt a Júlia Fürdő pillanatnyi helyzetéről, csakúgy, mint az üzemeltető Sóstó-Gyógyfürdők Zrt. korábbi, őszi, a céghez érkezett hivatalos megkeresésekre adott válaszai, vagy a Nyíregyházi Televízió tavaszi, helyszíni riportja. Lényegében ugyanazok a felvetések kerülnek elő, részben új kontösben. Ám mivel azóta újabb feltételezések láttak napvilágot, melyek egy része szerkesztőségünkhez is eljutott, érdemesnek találtuk újra Matavovszky Dániel vezérigazgatóhoz fordulni. A folytatás előtt javasoljuk elolvasni a múlt heti lapszámban megjelent kétoldalas tájékoztatást, amely most is megtalálható a nyiregyhaza.hu városi webportálon „Vélemények helyett tények a jelenleg zárva tartó Júlia Fürdőről” címmel.

Továbbra is háromszoros energiaárak

– **Idézzük vissza a továbbra is átmenetinek minősülő bezárás okait, különös tekintettel az energiaárakra.**

– Az elmúlt időszak a fürdőüzemeltetők szempontjából sajnos kicsit sem tekinthető ideálisnak. A Júlia Fürdő – ahogy az ország összes létesítménye – több ütemben is zárva tartott a Covid-járvány időszaka alatt. A járvány elmúltával, 2022 őszén kellett bezárni a fürdőt az energiaárak drasztikus emelkedése miatt, ez szintén nem volt egyedülálló az országban. A korábban 18 forintos villamosenergia-díj 74 forintra, a 3600 forintos távhő díja pedig 62 000 forintra nőtt. Megjegyzem, hogy a villamos energia díja jelenleg 57 forint, a távhő díja pedig 11 000 forint. Ami a 2022-es bezáráshoz képest még mindig nagyságrendileg háromszor drágább. A rezsicsökkentés ugyanis a lakosságot, a háztartásokat hozza kedvező helyzetbe, ám azok egy ilyen szolgáltatásnál nem jelentkeznek.

Hosszú évekig láthatatlanul terjedt a probléma

– **A pillanatnyi zárva maradásnak azonban vannak 2007-re visszavezethető műszaki okai is, mint azt korábban részleteztük. Nem lehetett volna valamit korábban tenni?**

– Mint már korábban tájékoztattuk a nyilvánosságot, a statikai problémákra 2019 évben derült fény, amikor az alagsorban a mennyezetről betondarabok váltak le, és



láthatóvá vált a betonvasak állapota. A statikus szakértő ekkor az üzemeltetést engedélyezte, de alátámasztást és további ellenőrzést írt elő. A későbbiekben a bezárás alatt is megtörténtek a statikai ellenőrzések, amik a helyiségek használatát már nem engedélyezték, azokat veszélyesnek nyilvánították. Emiatt és a korábbiakban számos alkalommal részletezett egyéb műszaki problémák miatt tart zárva most a fürdő. Mint többször beszámoltunk róla, az alagsori földem műszaki problémája egy 2007-ben történt felújításra vezethető vissza. A hibára csak 2012-ben derült fény, amikor az üzemeltető javította a korábbi hiányosságokat (csaptelepcsere, szigetelés, javítás). Annak, hogy ezeknek a hiányosságoknak a következtében a földem károsodott, csak 2019-ben voltak lát-



ható jelei, 12 évvel az alapvető probléma „beépítése” után. Meg kell említenem, hogy közel 20 évre visszanyúló szerződéses jogviszonnyal kapcsolatban pontos információkat szolgáltatni roppant nehéz.

Nosztalgia és valóság

– **Újra meg újra előkerül, hogy tömegek használnák, csak éppen zárva van.**

– Az üzemeltetés nagyságrendjéről, az ebből következő, előre kalkulálható jelentős napi/évi veszteségekről



és a valós használók számáról a korábbi cikkben is tetünk konkrét említést. Eszerint a vendégszám a bezárás előtti 10 év átlagában roppant alacsony volt, nagyságrendileg 100 ezer vendéget jelentett évente. Ez első hallásra soknak tűnhet, de ha elosztjuk 365-tel, napi 273 vendégről beszélünk, beleértve az úszásra érkező gyerekeket is. Talán mondani sem kell, hogy e százakból, aki akarta, régen megtalálta a helyét például a sóstói gyógyászatban, az Aquarius szaunájában, vagy a városi uszoda, esetleg az Arany iskola medencéjében. Szögezzük le újra, mert sokakban az a kép élhet, hogy rengetegen használták a fürdőt – a több éven keresztül vezetett statisztika



egyáltalán nem ezt mutatja. Persze, számos nyíregyházinak vannak júliás élményei – mint elmondtam, nekem is, hiszen nosztalgiával gondolok vissza arra, hogy itt tanultam meg úszni –, de akik most azt mondják, hogy jönnének – miért nem jöttek? Az ugyanis, hogy valaki „járt” oda, lehet, hogy évi néhány alkalomra vonatkozik, és korántsem jelent valós, a fenntarthatósághoz érez-

hetően hozzájáruló jelenlétet, talán egy szűk csoportot leszámítva. És újra hangsúlyozzuk, hogy minden szolgáltatás megoldott, még ha nem is egy helyen. Nem gondoljuk, hogy probléma lenne, hogy gyermekeink nem a szűk Júliában, hanem az erre a célra épített, modern Eissmann Városi Uszodában tanulnak meg úszni a belváros közepén – mellesleg kormányzati program keretében.



A 60 fős szaunaház pedig most épül, pluszban az Aquariusban, mert látjuk az igényeket.

Kihasztnátlan ötvenes medence

– **Talán ehhez kapcsolódik egy állandó felvetés: az úszómedence miért nincs lefedve Sóstón? Akkor egy helyen lehetne úszni és szaunázni.**

– A városiakok emlékében még élhet, hogy a Parkfürdő úszómedencéje télen sátorral fedve várta az úszókat. Az energiaárak változásával sajnos ettől egészen biztosan el kell búcsúznunk. Az úszómedence mérete nagyon nagy, a medence és a sátor levegőjének téli fűtése, a levegőrendszer működtetése gazdasági totálkárt jelentene. Ráadásul az Élményfürdő épületétől a medence jelentős távolságra található, a vendégek számára sem kényelmes a megközelítése. A városi uszoda megnyitásával pedig valós igény sem mutatkozna a használatára. Ez is inkább a nosztalgia része, amellett, hogy nem is lenne túl korszerű ez a megoldás. A múltkor is hangsúlyoztuk: még nyáron sincs kihasználva az ötvenes medence abban a bizonyos reggeli időszakban, mikor az Eissmannt most sokan használják. Próbálkoztunk hosszú ideig reggeli úszójegy megoldással, de minimális érdeklődés kísérte: szó szerint 1-2 emberért kellett fenntartani a rendszert a nyári hajnalokon.

Népszerű, megfizethető

– **Akkor térjünk vissza újra a forgalom kérdésére, konkrét összevetésekkel, újra kiemelve a nyíregyháziak és nyugdíjasok kényelmi lehetőségeit.**

– Az Élményfürdő – a gyógykezelésre érkezőkön kívül, valamint a Parkfürdővel közösen üzemelő nyári szezonon kívül – 15–20 ezer fő/hónap vendéget fogad. A nyári szezon három hónapjának kivételével 2025-ben 155 ezer vendéget fogadtunk. A nyári szezonnal együtt a vendégszám nagyságrendileg évi 360 ezer fő, a Tófürdővel együtt 380–400 ezer fő közötti vendéget fogadunk Sóstón. Ehhez jönnek hozzá a gyógykezelésre érkezők. Jegyárainkat úgy alakítottuk ki, hogy mindenki számára legyen megfizethető belépőjegy. A nyíregyházi nyugdíjasok 2300 forintért válhatnak belépőjegyet a nyugdíjas napokon, de azok a nyíregyházi vendégek, akik kizárólag a termálfürdő medencéket szeretnék igénybe venni, hétköznap 3000, hétvégén 3100 forintért megtehetik ezt. Ilyen kedvezményes jegyárral és minőségi szolgáltatásokkal nem csoda, hogy népszerű a fürdő a városiakok körében is. És akkor szinte ugyanerre kellene fenntartanunk egy másikat is, aminek a felújítása, majd hogyanem újjáépítése eleve jelentős összeg, és garantáltan további veszteségeket termelő?

„A kultúra összeköt” Így ünnepelt Nyíregyháza a magyar kultúra napján

Nyíregyházán közös emlékezéssel, műfajokon és évszázadokon átívelő előadással tisztelegtek nemzeti imádságunk születése előtt január 22-én a Váci Mihály Kulturális Központban. Dr. Kovács Ferenc polgármester ünnepi beszédében hangsúlyozta: a magyar kultúra napja nemcsak a múlttól, hanem a közösségünk erejéről is szól.

Január 22-én a magyar kultúra sokszínűsége került fókuszba Nyíregyházán. A központi ünnepséget délután öt órától rendezték a Váci Mihály Kulturális Központban: Himnusz, ünnepi beszéd és egy különleges zenés időutazás várta a közönséget „A nagy utazás...” címmel, fiatal zenészekkel és színművészekkel.

„Közösséget teremt, megértést, békét hoz”

Az eseményen dr. Kovács Ferenc polgármester mondott köszöntőt, amelyben kiemelte, van egy nap januárban, amikor érdemes egy pillanatra megállni, körülnézni, és felismerni, mennyi minden köt össze bennünket: a nyelvünk, a dallamaink, a verseink, a történeteink, mindaz, amit magyar kultúrának nevezünk. – „A kultúra összeköt” gondolat nem csak jelmondat – valóság. Összeköt



bennünket itt, Nyíregyházán, összeköti a generációkat, és összeköt bennünket mindazokkal is, akik bárhol éljenek a világban, magukénak érzik a magyar kultúrát. És éppen ebben rejlik a kultúra egyik legnagyobb ereje: képes közösséget teremteni, megértést és békét hozni. Először bennünk, majd egymás között is – fogalmazott a polgármester. Hozzátette, egy olyan korban, amikor a világ sokszor a megosztottságról és a feszültségekről szól, különösen nagy érték mindaz, ami nyugalmat és közös hangot teremt.

Kölcsey imát adott a kezünkbe

Ünnepünk a Himnusz születésének napjához kötődik. Kölcsey Ferenc nem csupán egy verset írt, hanem egy nemzeti imát adott a kezünkbe: amelyben emlékezünk, kérünk, és hitet teszünk amellyel, hogy közösségként összetartozunk. – Büszké vagyunk intézményeinkre, alkotó közösségeinkre és mindazokra, akik nap mint nap dolgoznak azért, hogy a kultúra élő, befogadható és közösségteremtő erő maradjon. Az ő munkájuk nemcsak értéket hoz létre, hanem összetartozást is ad. A magyar kultúra napja egyszerre ünnep és feladat. Ünnep, mert van mire büszkének lennünk. Feladat, mert felelősek vagyunk azért, hogy ezt az örökséget békében, egymást erősítve adjuk tovább – tette hozzá a városvezető. A kulturális központ színháztermének közönsége a Vikár Sándor Zeneiskola tanulói és tanárai, valamint a Móricz Zsig-

mond Színház művészei által bemutatott Nagy utazás című előadást is láthatta.

A város több pontján egész délután és este zajlottak a kísérőrendezvények. A Váci Mihály Kulturális Központban megnyílt a Magyar Alkotók Országos Egyesülete Fotóművészeti Tagozatának tematikus kiállítása, a Krúdy Gyula Art Moziban előadás és a Bölöni – Az erdélyi legenda című film szerepelt a programban. A Nyíregyházi Városi Galériában pedig a Művészeti Szakgimnázium művésztanárai mutatták be alkotásaikat. (A két kiállításról bővebben a 9. oldalon olvashatnak.)

(Szerző: Bruszel Dóra)

A vármegye értékeinek őrzői



Nyíregyházán harmincöt szakember és művész vehette át a Miniszteri Elismerő Oklevelet a magyar kultúra napján, melyeket Román István főispán adott át. A díjazottak között előadóművészek, pedagógusok, intézményvezetők és közösség-szervezők szerepeltek, akik munkájukkal a helyi kulturális életet és közösségeket erősítik. Elismerést kapott többek között Pregitzer Fruzsina, Szabó Dénes, valamint dr. Rémiás Tibor, Kirják Róbert, Tomasovszki Anita és dr. Bánszki Hajnalka is. A vármegye településeiről érkező díjazottak a kulturális örökség ápolásáért és közösségépítő tevékenységükért részesültek kitüntetésben. (További részletek: nyiregyhaza.hu)



Bevált programokkal és újításokkal is készül az Idősügyi Tanács

Sikeres évet zárt az Idősügyi Tanács 2025-ben, valamint már az új évre is készülnek programokkal. A tanács múlt hétfői ülésén értékelte az előző esztendőt, továbbá olyan újítási lehetőségekről is beszéltek, melyekkel hatékonyabbá tehetik a tanács tevékenységét a nyíregyházi idősök körében. A nagy népszerűségnek örvendő programok is visszatérnek.

Alkotó idősök kiállítás, Ki mit tud?, Szépkorúak Akadémiája. Mindegyik program kedvelt a helyi idősök körében. A Nyíregyházán működő Idősügyi Tanács számos olyan rendezvényt bonyolít le már évek óta, melyek a város szépkorú lakóinak biztosítanak kikapcsolódást.

Maradnak a népszerű programok

Telepőczkiné Farkas Márta, a tanács titkára a legutóbbi ülésen elárulta: a közkezdelt Szépkorúak Akadémiája előadássorozat első féléves programja is már tervezés alatt áll. Hozzátette, idén is olyan előadókat szeretnének fel-



kérni, akik témáikkal az ünnepekhez, évfordulókhöz is kötődni tudnak. Az előadások várhatóan áprilisban indulnak. Az Idősügyi Tanács új ötletek megvalósításán is dolgozik: olyan újításokkal szeretnének előállni, amelyekkel még több embert tudnak elérni. – Nagyszerűen működnek azok a jól ismert programok, amelyeket évek óta azért szervezünk, hogy sikeresek és örömteliek legyenek az idősök számára. Ezek részletes kidolgozása továbbra is folytatódik. Emellett szeretnénk megtalálni a módját annak is, hogyan érhetjük el azokat, akiknek nincs kép-

viseletük. Ez számomra kiemelten fontos – fejtette ki a tanács titkára.

Kölcsönös segítségnyújtás és támogatás

Jászai Menyhért alpolgármester kiemelte, a város örömmel gondoskodik az idősekről – legyen szó tűzifaprogramról, települési támogatásokról vagy tanácsadásról. Mint mondta, ez kölcsönös folyamat: az idősök számíthatnak az önkormányzatra, és a város is épít az ő tapasztalataikra. Nyíregyháza folyamatosan olyan programokon dolgozik, amelyek az idősök támogatása mellett a generációk közeledését is segítik. – Számos olyan programunk működik, amely kifejezetten az időseket támogatja: a települési és egyéb támogatási formák, kulturális rendezvények, idős akadémia, különféle sportprogramok – köztük a Mozdulj Nyíregyháza! –, a karácsonyi csomagok, valamint a generációk együttműködését ösztönző pályázatok – fogalmazott az alpolgármester, hozzátéve: az Idősügyi Tanács segít abban, hogy az önkormányzat valódi igényekre reagáljon. Ezért is nélkülözhetetlen ez a konzultációs testület.

(Szerző: Csatári Jázmin)

Mozdulj okosan!

A Mozdulj Nyíregyháza! idén ismét elrajtolt: január 19-én kezdődött el a programsorozat, amely már 13. születésnapját ünnepli, és 68 ingyenes foglalkozást kínál 34 helyszínen. A paletta tovább bővült, hiszen újként érkezett a Súlyemelés, a Kölyökjudo, a Tai-Qi és a BODYART. A fél-év során több nagyrendezvény és Fitt-esemény is várja a résztvevőket, köztük Katus Attila és Béres Alexandra ingyenes órái, a Fitt-Város, a Bringa Piknik és a Nyuszi Futás, valamint újdonságként a „Bütyök 100” Emlékfutás, a Fitt-Stadion és a Mozgás Éjszakája. Az alábbiakban összegyűjtöttük a mozgásformák legfontosabb jellemzőit, hogy mindenki könnyedén megtalálhassa a számára legmegfelelőbb programot a közel hetvenféle lehetőség közül.

Esésmegelőzés mozgásprogram – Az esések gyakorisága és súlyossága a korrallal nő. Az esések legsúlyosabb szövődményei a csípő-, kar- és gerinctörések. A mindenfajta károsodással együtt járó mozgáshiány további izomvesztést, gyengeséget és instabilitást okoz, ami fokozza az ismételt elesés veszélyét. Az egyensúly-, izomerő-, reakcióidő-javító gyakorlatok jótékony hatását kihasználva mozgásgyakorlatok tanításával fokozzuk az egyensúlyozási képességet, a gerinc tartási képességeit. Így csökkenthető az elesések gyakorisága és veszélyei.

Senior tánc – Senior korúaknak szervezett közösségi tánc, egészségmegőrzés. Különböző stílusú zenékre adott lépéskombinációk alkotják a táncokat. A tánc, a mozgás, a zene egészségének csak pozitívuma van a szervezetre. Így az örömteli mozgással – a testi, szellemi, lelki harmónia által – életminőség-javulás, jobblét várható. Nem kell, hogy legyen tánc tudásod, nem kell partner, hiszen mindenki táncol mindenkiel. Váltócipő és víz szükséges az órákra.

Gerinctorna – A gerincfájdalom többnyire nem elkerülhetetlen sorscsapás, hanem sok esetben helytelen tartás, mozgás és életmód következménye. A megfelelő életmód megválasztása mellett, a helyes testmozgás, rendszeres gerinctorna, a gerinc megfelelő terhelésének alkalmazásával elérhető, hogy a korrallal járó gerincelváltozások ne jelentenek az életminőségben negatív változást. A foglalkozásokat a Human Spektrum Bt. gyógytornászai tartják.

Flow Kezdő és Újrakezdő Jóga – A Flow aktív, erősebb jóga foglalkozás. A rövidített órák lassúbb áramlású flowval kezdődnek, hogy legyen idő a pózok elsajátítására, a testtel a léggézzel való kapcsolatteremtésre. Előnyös azok számára, akik teljes testet átmozgató, erős, rugalmasságot, egyensúlyt javító/fokozó jógaórákon szeretnének részt venni, akik épp stresszel teli életszakaszban vannak. A Flow-ban, finom áramlásban megtanulható, megtapasztalható a „mozgásban meditáció” lélegzés-mozgás összekapcsolásával, hogyan lehet csökkenteni a mentális stresszt, elősegítve a mentális nyugalom a hétköznapi élet minden területére. A Flow Jóga hatékony módja az izmok tónusának és a fittségi szint növelésére, segíthet csökkenteni bizonyos testi fájdalmakat, csökkenteni, transzformálni a testben tárolt feszültségeket, javítani a testtartást, növelni a rugalmasságot és javítani az alvásminőséget. A foglalkozásokra jógamatrac és a relaxációhoz könnyű takaró szükséges.

BodyArt – A BODYART® azoknak szól, akiknek kevés idejük van. Akik egy órában szeretnének mindent: fittnek és csinosnak maradni, erősnek és rugalmasnak, a napi sok óra ülés után megszüntetni a derékfájdalmakat, relaxálni és közben lelkileg is feltöltődni a napi stressz után.

A BODYART® egy egyórás flow, mely a jógaból veszi a fő elemeit, amelyhez a gyógytornából, a japán Do-Inból és funkcionális tréningből és kardio tréningből ismert statikus és dinamikus elemeket rendel. A mozgások légzésszinkronban történnek, ezzel biztosítja az összhangot az edzés és a relaxáció között. A BODYART® hatékonysága egyedülálló. Minden edzéssel fejlődik a hajlékonyság, erő, az állóképesség, a kitartás, egyensúlyérzék, stabilitás, a türelem és a tudatosság – olyan készségek és képességek, melyek a harmonikus mozgás, a tudatos lét elkerülhetetlen alapjai. Minden korosztály részére ajánlott. A gyakorlatok közepes nehézségűek, de kevésbé edzetteknek is segítik szinteket adni. A foglalkozásokra jógamatrac, törölköző és víz szükséges.

Funkcionális edzés – Saját testtel végzett mozgásforma, mely a mozgásminőség fejlesztésén alapulva a test természetes mozgásait és a test saját súlyát használja eszközként. Az ízületek és a törzs megerősítése által fejlődik

a koordinációs képesség és a funkcionális erő, nő a terhelhetőség. Komoly anyagcsere-fokozó és zsírégető hatása által kitűnő alakformálásra is. Anaerob edzések azoknak, akik szeretnek „mindent beleadni”.

Mozaik Med Közösségi Futás – A közösségi futásokon edzői irányítással, orvosi felügyelet mellett zajlanak a tréningek. Mindenki a saját edzetségének megfelelő csoportot választhatja, az öt különböző erősségű csapat közül. Kezdőtől a versenyzői szintekig ajánlott az edzésen való részvétel. Közösségekben sokkal könnyebb kilépni a komfortzónából, ahol történik a fejlődés.

Medical fitness – A medical fitness rizikófaktoros kliensek egészségfejlesztésére specializálódott mozgásprogram. Elsődleges célja a már meglévő egészségügyi kockázat csökkentése, illetve egy preventív tevékenység-sorozat.

Egészségügyi szűrések – Ingyenes alapszűrések (BMI, vérnyomás, vércukorszint) a Nyíregyházi Szociális Gondozási és Egészségügyi Alapellátási Központ szakembereinek bevonásával. Időpontok: február 3., március 3., április 7., május 5.

Tartásjavító torna – A foglalkozás elsősorban senior korúaknak, ülőmunkát végzőknek, valamint gerinc- vagy tartásproblémákkal küzdőknek ajánlott. Az egész testet átmozgató, mindenki egészségi állapotának megfelelő nehézségű feladatok elvégzése során különös hangsúly kerül testünk tartópillérére, a gerincoszlopra.

Kölyöklétika – Az atlétika minden sportág alapja. A 6–12 éves korú gyermekek számára szervezett foglalkozáson a gyerekek megismerkedhetnek a futás, az ugrás, a dobás és a hajítás helyes mozgástechnikájával. Játékos módszerek és színes eszközök segítségével fejlődik a gyorsaság, a rugalmasság, a hajlékonyság.

Kölyökjudo – A judo 1964 óta olimpiai sportág, mely Magyarországon kiemelkedően támogatott. Fejleszti a gyerekek általános képességeit és fegyelmet tanít. Célterülete az általános iskolások, de jobb fizikai adottság esetén a gimnazisták is. A foglalkozásra javasolt ruházat: melegítőnadrág, hosszú ujjú felső és papucs. Javasolt szénsavmentes ásványvizet is hozni.

Karate Kid – Ismerkedés a karate alapjaival, 6 éves kortól, fiúknak és lányoknak egyaránt!

Súlyemelés gyerekeknek – Olimpiai súlyemelő edzések gyerekeknek! A 8–14 éves korig szervezett edzéseken elsősorban a technikai alapok elsajátítása történik, nem kapnak nagy terhelést, fokozatosan fejlődnek. Miért egészséges és hasznos sport a súlyemelés gyerekeknek? Nincs erős terhelés, alkattól, kortól, nemtől függetlenül bárki elkezdheti, és szimmetrikusan erősíti a testet. Egészséges, természetes erőnléti edzéseken vesznek részt a gyerekek, amely javítja és fejleszti a testkarbantartást. Robbanékony erőt fejleszt alapvetően a sportág, ami más sportoknak a kiegészítő edzése (híresebb élsportolók is súlyt emelnek, atléták, úszók, labdajátékosok stb.). Ha szeretnél gyors és erős lenni, próbáld ki!

Alakformáló aerobik – Minden izomcsoportot megmozgató, helyes testtartást előtérbe helyező alakformáló torna. Kevésbé ugrálós, de mégis dinamikus izomfejlesztés. Jó hangulatú torna minden korosztálynak.

Tai-Qi – Tai Chi – Harmónia egy rohanó világban. A gyakorlás célja a test, lélek és szellem egyensúlyának megteremtése.

Rendszeres gyakorlása javítja az egyensúlyt, növeli a vitalitást, fejleszti a koordinációt és a koncentrációt. Segít, hogy ellazultabbá és energikusabbá váljunk. A foglalkozások során mély belső csendet, nyugalom és kiegyensúlyozott idegrendszeri működést tapasztalhatunk meg.

A Tai Chi gyakorlása során fizikális-mentális-érzelmi szinten állapotot teremtünk. Tapasztalhatóvá válik a Flow – Áramlat élménye.

Foglalkozunk a mozgás és az energia (chi) kapcsolatával, testtartás-korrekciónal, járással, léggézzel, figyelemirányítással, stresszkezeléssel és az életminőség javításával.

Minden korosztály számára ajánlott, kíméli az ízületeket, támogatja a mozgékony megőrzését, és életenergiával tölti fel a testet.

A foglalkozásokon kényelmes, mozgásra alkalmas ruházat és puha talpú cipő javasolt.



Egyesített fitness – Szeretnél befogadó közösségben mozogni? Kipróbálnád milyen az, amikor nemcsak a tested, hanem az agyad is megtornáztatható? Amikor egyszerre érzed az izmaidat fáradtnak és a lelkedet boldogsággal teltnek? Keress minket! A heti rendszerességű élménymozgásra 14–30 év közötti értelmi fogyatékosokkal élő és ép fiatalokat várunk. Egy sajátos mozgásélményben lehet részük a résztvevőknek, hiszen a programunk a komplex egészséget helyezi a fókuszba, így a testi, lelki, mentális és szociális egészségfejlesztés és -megőrzés egyaránt célunk. A foglalkozásokon sokszínű tevékenységeket próbálunk ki, melyekben ötvöződik számos szakterület tudása. A program regisztrációköteles, maximum létszám 15 fő. Bejelentkezéshez telefonszám: +36-30/179-6882.

Tánc – Latin, standard és divat páros táncok a T-Dance oktatójával, Kalapos Tiborral.

Gymstick – A speciális eszközzel, gymstickkel végzett mozgásformák az összes izomcsoportot megmozgatják, mely által intenzív zsírégetés, gyors alakformálás, javuló izomtónusok és karcsúbb vonalak érhetőek el.

Gyerekboks 9–12 éveseknek – Az ökölvívás alapjainak megismerése és elsajátítása. Váltócipő és sportruházat szükséges.

Pound fitness – A POUND® egy olyan kardió edzésforma, amely a strength and conditioning jóga és a pilates által inspirált elemeket kombinálja. A zenei alapot a dobolás energiája és öröletes hangulata adja. Az órákon speciális dobverőket, RIPSTIX®-et használunk. A dobolás elősegíti az állóképesség és az erő fejlesztését, alakot formál, segít vezetni a feszültséget, csökkenti a krónikus fájdalmat és fáradtságot.

Csontritkulás mozgásprogram – A mozgás fokozza a csonttermelést, erősíti az izomzatot, ezáltal javítja a testtartást. Megfelelő gyakorlatok végzésével megelőzhető a csontritkulás kialakulása, a gyakorlatok célja a lehető legnagyobb csonttömeg elérése. Mozogjon csontjai egészségéért! A foglalkozásokat a Human Spektrum Bt. gyógytornászai tartják.

Senior örömtánc – A senior örömtánc forradalmian új közösségi mozgásforma. A mini koreográfiák alkalmazkodnak az idősödő emberek izom- és ízületrendszeréhez. Segít megelőzni a demenciát, fejleszteni az orientációs képességet. Egyedül is lehet jönni, mindenki párta talál. Polka, keringő, rumba, szamba és egyéb táncok várják a mozogni vágyókat. Senior tánc = mozgás, öröm, agytorna. Táncra fel!

Akadálysport-felkészítő gyerekeknek – A 6–14 éves korosztály részére szervezett foglalkozásokon szabad testsúllyal és kézi eszközökkel dolgoznak a résztvevők. A gyerekek megtanulnak kötelel mázni, majomlétrán végig menni, hálón mázni, liánon átlendülni, kettelbél súlyokat biztonságosan használni. Játékos formában fejlesztik az egyensúlyérzékét és a mozgásfejlesztést.

Gyerekfittesz – Nagycsoportos óvodás és kisiskolás korú gyermekek mozgáskoordinációjának, ügyességének fejlesztése alternatív játékos környezetben. Ami várható a foglalkozásokon: nagyszerű akadálypályák kialakítása feladatkártyák segítségével, tartásjavítás, zenés gyermeakaerobik, izgalmas csapatalkító játékok, sor- és váltóversenyek, sportjátékokat előkészítő kispályák. Kifogyhatatlan jókedv.

Így találod meg a neked való órát

Képességfejlesztő torna kicsiknek – Az 5–8 éves korú gyermekek részére szervezett foglalkozás keretében az egész tartó- és mozgatórendszer, ezen belül is kiemelten a hátizomzat és talpi izmok erősítése, mobilizálása zajlik játékos formában. Cél: a gerincdeformitások és talpi elváltozások megelőzése, az adott izomcsoportok aktivizálása, megerősítése, a helyes testtartás elsajátítása.

Fit-Kid – A Fit-Kid egy olyan sport, mely ötvözi a talajtorna (akrobatikus és lazasági elemek), az aerobik (ugrások és erőelemek) és a tánc elemeit. Ez adja meg az egyediségét és ez teszi lehetővé, hogy nagyon sokoldalúan fejlesztő mozgásforma legyen. A foglalkozások résztvevői kezdő szinten kapnak ízelítőt a sportág alapjaiból. Elsősorban általános iskolás korú gyermekeket várunk a pörgős edzésekre.

Stresszoldó jóga – Oldja a mindennapok fáradalmait és feszültségeit. Megtanul a test lazítani, így a stresszes helyzetek már nem okoznak feszültséget, és könnyebben dolgozol fel a problémákat és nehézségeket. Előzetes bejelentkezés: online regisztráció a www.mozduljnyiregyhaza.hu oldalon.



Latin kardió fitness – A 2013. május óta tartó, nagy sikerrel zajló zumbaórák folytatódnak. Zene, tánc, mozgás és sok-sok vidám perc a T-Dance oktatóival.

Lelátó erőnléti edzés – Újszerű mozgásforma az új Nyíregyházi Stadionban! Ki ne emlékezne a régi Nyíregyházi Stadion ikonikus lépcsőire, ahol milliányi lépést tettek meg a mozgás szerelmesei. A nosztalgikus lépcsőzések visszatérnek az új stadion falai közé, ahol komoly formába hozhatja mindenki a comb- és farizmait, és bármilyen furcsán hangzik, de a lépcsőkön a hasizmokat is megmozgatjuk szerdánként 18.00–19.00 óra között! Találkozás a „C” szektornál!

Családi tollas – Ingyenes tollaslabdázási lehetőség a család minden tagjának. A sportág elsajátításában szakedzők segítenek. Utőt és labdát kérjük, mindenki vigyen magával.

Vízi torna – Kímélő, mégis hatékony sportolási forma. Lényege roppant egyszerű: a meghatározott tornagyakorlatokat a biztonságos szárazföld helyett a vízben végezzük. Nem kell hozzá úszástudás, emellett a különböző egészségügyi problémákkal küszködők is bátran alkalmazhatják. Míg a szárazföldi torna közben a gravitáció ellenében dolgozunk, addig a vízben a közegellenállást kell legyőznünk, ami sokkal intenzívebb munkára készíti az izmokat. Ugyanakkor a víz felhajtóereje miatt testsúlyunk csökken, ezáltal a vízben végzett tornát könnyebbnek érezzük. Ennek köszönhetően az aquafitness kíméli az ízületeket, a gerincoszlopot, a test egész támasztórendszerét. Az előzetesen regisztráltak hozzanak magukkal: fürdőruhát, úszószemüveget, úszósapkát, papucsot, törölközőt. Belépőjegy ára: 1500 Ft. Előzetes bejelentkezés: online regisztráció a www.mozduljnyiregyhaza.hu oldalon.

Akadálysport-felkészítő – A 14 év feletti korosztály részére szervezett foglalkozásokon szabad testsúllyal és kézi eszközökkel dolgoznak a résztvevők. Megtanulnak köteleket mászni, majomlétrán végig menni, hálón mászni, liánon átlendülni, kettlebell súlyokat biztonságosan használni. Játékos formában fejlesztik az egyensúlyérzékét és a mozgásfejlesztést.

Családi jóga – A jóga a mozgás szeretetére és fontosságára tanítja a gyerekeket. Játékokon keresztül ismerik meg a jógát, és miközben mozognak, fejlődnek testileg és érzelmileg. A jóga játékon hat az idegrendszer fej-

lődésére, mely hatására a gyerek nyugodtabb, kiegyensúlyozottabb lesz, jobban tud koncentrálni.

Funkcionális edzés – Saját testtel végzett mozgásforma, mely a mozgásminőség fejlesztésén alapulva a test természetes mozgásait és a test saját súlyát használja eszközként. Az ízületek és a törzs megerősítése által fejlődik a koordinációs képesség és a funkcionális erő, nő a terhelhetőség. Komoly anyagcsere-fokozó és zsírégető hatása által kitűnő alakformálásra is. Anaerob edzések azoknak, akik szeretnek „mindent beleadni”.

Gerincjóga – Minden korosztály számára javasolt mozgásforma. A 14–18 éves korosztály szinte egész napját ülve tölti: iskolapadban, tévé előtt, számítógép fölé görnyedve. Amennyire lehet, minimalizálja mozgását, kevesen sportolnak rendszeresen. Sok felnőtt végez hosszú időn át tartó ülő- vagy állómunkát, mely tevékenység miatt a megrövidült izmok nyújtása és erősítése kiemelten fontos. Az idősebb korosztály számára pedig a test rugalmasságának a megőrzésében nyújt segítséget a mozgás. A stressz maga a mindennapi iskolai felkészülés és a munkában való helytállás miatt mindannyiunk életében jelen van. A jóga segítségével a foglalkozásra kilátogatók megtanulhatják a helyes testtartást, a helyes légzést és a stresszoldás néhány formáját.

Önvédelem – Tanulj önvédelmet – légy felkészült minden helyzetre! Pusstakezes szabadulások, védekezések és elkerülések – még fegyveres támadások (kés, bot) ellen is. Az edzés során elsajátíthatod a gyors helyzetfelismerést, a határozott fellépést, a stressz alatti nyugodt reagálást, a magabiztos testbeszédet és az erős koncentrációt. Az önvédelem nemcsak mozdulatokat ad, hanem önbizalmat, belső erőt és biztonságot is a mindennapokban.

Pilates – Egy igazán kellemes és hatékony mozgásforma a jobb közérzethez, a koncentráció, a rugalmasság,



az állóképesség és az egyensúly fejlesztéséhez. Stresszoldó és energizáló hatású torna.

Közösségi futás – A közösségi futásokon szakmai felügyelet mellett az Atlétikai Centrum épületének belső rekortán pályáján edzhetnek a mozogni vágyók az őszi időszakban.

Senior torna – A foglalkozás elsősorban senior korúaknak szól. Az egész testet átmozgató, mindenki egészségi állapotának megfelelő nehézségű feladatok.

Senior jóga – Az idősebb korosztály számára kínál biztonságos, ízületkímélő mozgást. Segít újra megtapasztalni a mozgás szabadságát. Erősíti a testet és frissíti az elmét.

Gyerekballet – A tánc művészet, ami hidat épít emberek között, felemeli a lelket és pozitív irányba változtatja azt. A tánc úgy építi és formálja a testünket, hogy a lelkünk szeressen ott lakni. Balletfoglalkozások 5–10 éves korú gyermekek részére.

Családi asztalitenisz – Ingyenes asztaliteniszezési lehetőség a család minden tagjának a Nyíregyházi Asztalitenisz és Tömegsport Club oktatóinak bevonásával.

MediBall – A MediBall sokoldalúságának köszönhetően egyensúlyt teremt a fizikai, érzelmi és mentális testben. Az egész testet rugalmasan megmozgató sport, mely lazítja az izmokat, játékon hat az érendszerre, az anyagcserét felgyorsítja, az immunrendszert erősíti. A légzést a lassú és lágy mozdulatok kivitelezésekor egyensúlyba hozza. Labdajáték az egészségért a Spirit SE oktatóival.

Napindító Kezdő és Újrakezdő Jóga – Ido-tibeti alapú jógaórák, finom átmozgatásokkal, jógalégzés alapokkal, ahol az egész testi rendszer megalapozásával dolgoznak a gyakorlók önMAGukon. A foglalkozások eredménye: feszültségek oldódása, egyre erősödő, egyre rugalmasabbá váló test.

Senior vízi torna és Felnőtt vízi torna – Kímélő, mégis hatékony sportolási forma. Lényege roppant egyszerű: a meghatározott tornagyakorlatokat a biztonságos szárazföld helyett a vízben végezzük. Nem kell hozzá úszástudás, emellett a különböző egészségügyi problémákkal küszködők is bátran alkalmazhatják. Míg a szárazföldi torna közben a gravitáció ellenében dolgozunk, addig a vízben a közegellenállást kell legyőznünk, ami sokkal intenzívebb munkára készíti az izmokat. Ugyanakkor a víz felhajtóereje miatt testsúlyunk csökken, ezáltal a vízben végzett tornát könnyebbnek érezzük. Ennek köszönhetően az aquafitness kíméli az ízületeket, a gerincoszlopot, a test egész támasztórendszerét. Az előzetesen regisztráltak hozzanak magukkal: fürdőruhát, úszószemüveget, úszósapkát, papucsot, törölközőt. Belépőjegy ára: 1250 Ft. Előzetes bejelentkezés: online regisztráció a www.mozduljnyiregyhaza.hu oldalon.

Kölyöktenisz – Játékos ismerkedés a tenisz alapjaival 6–14 éves korú gyermekek számára. Előzetes bejelentkezés: 06-30/741-9161.

Nordic Walking – Húzd fel a legkényelmesebb tornacipődet és „botolj” egy órát velünk a Sóstói-erdőben. Szakoktató irányításával ez nemcsak egy séta, hanem egy minden testrészt megmozgató aktív testmozgás, mely segítségével rendkívül hatékonyan, ugyanakkor kímélő módon fejleszthetjük állóképességünket, izomerőnket, mozgáskoordinációnkat.

Deep Work

Emelkedj a saját határaid fölé! Pörögj, lazulj és töltődj deepWORK™-kel! A deepWORK™-öt saját koruk egyik legösszetettebb hatású funkcionális tréningjének tartják, olyan stresszoldó, izzasztó, kardió- és erőedzés, mely feltölt és nem lefáraszt! A deepWORK™ egy kemény funkcionális tréning, amelyben a bodyART-ból már ismert yin-yang, feszítés-ellazítás ellentétpár a kardió- és az erőgyakorlatok hullámzó váltakozásában valósul meg. Ezáltal sokkal több kondicionális képességet fejleszt, mint a legtöbb edzésforma. Az állóképességen, az erőn és a hajlékonyságon kívül a koordináció és a robbanékonyság is növelhető a segítségével. Minden sportág legjavából építkezik, egyszerű, intenzív, egyedülálló és teljesen más, mint az eddig ismert módszerek. Rendkívül intenzíven mozgatja át a testet és rengeteg pozitív energiával tölt fel! Saját matracon kívül még edzőcipő sem szükséges, hiszen végig mezítláb dolgoznak a résztvevők. Minden korosztály számára ajánlott.

Családi teke – Teke = sport és szórakozás a család minden tagjának. A gyerekek 8 éves kortól vehetnek részt a foglalkozásokon. Váltócipő használata minden résztvevő számára kötelező! A foglalkozások időpontja: február 22., március 22., április 19. és május 24. Előzetes bejelentkezés: online regisztráció a www.mozduljnyiregyhaza.hu oldalon.

Családi lövészet – Field target a család minden tagjának. Távcsőves légpuskával különböző távolságra elhelyezett bukócélra történő lövészet. Biztonságotokért fel: a Polgári Lövész Egyesület. Foglalkozások időpontja: február 22., március 29., április 19. és május 3. Előzetes bejelentkezés: online regisztráció a www.mozduljnyiregyhaza.hu oldalon.

RENDEZVÉNYEK

- március 3.: „Bütyök 100” Emlékfutás (Atlétikai Centrum)
- március 10.: Fitt-Nőnap (Continental Aréna)
- március 28.: Fitt-Stadion (Városi Stadion)
- április 3.: Nyuszi Futás (Atlétikai Centrum)
- április 7.: Fitt-Húsvét (Continental Aréna)
- május 1.: Fitt-Város (Continental Aréna)
- május 30.: Bringa Piknik (Kossuth tér)
- június 12.: Mozgás Éjszakája (Városi Stadion)

További információ: www.mozduljnyiregyhaza.hu,
f/mozduljnyiregyhaza

Az ipari park kiépítése újabb fázisba lép, nagyszállási körforgalommal

Szűrkevizet a nagy gyáraknak: erről és a környezetvédelemről is szól a második fejlesztési ütem

2026 elején egyszerre zárult le ünnepélyesen a Nyíregyházi Ipari Park kormányzati fejlesztésének első üteme, egyben elindult a második. Szijjártó Péter külügyi és közügyminiszter a január 13-i projektrendezvényen bejelentette: minden akadály elhárult a folytatás elől, így az állam 70,4 milliárd forinttal támogatja a befektetési övezet infrastruktúrális fejlesztését. A kivitelezői szerződéseket az esztendő elején aláírták, azóta az is kiderült: a korábban a harmadik fázisra ütemezett környezetvédelmi monitoring rendszer kiépítését sikerült előre hozni. Így mielőbb látni fogjuk az évekkel ezelőtti környezeti állapot-felmérésekhez viszonyított aktuális adatokat is. A téma részletezésére dr. Podlovics Roland gazdaságfejlesztési felelős alpolgármestert kértük.



Kérdésünkre az alpolgármester visszaidezte: a teljes folyamat valójában 2019-ben kezdődött, amikor a városi közgyűlés egyhangúlag elfogadta a Befektetésösztönzési Stratégiát.

Betelt régi park és új stratégia

– Erre azért is volt szükség, mert betelt az eredeti, 130 hektáros ipari park, ráadásul a közműkapacitása is korlátozott volt. Ahogy dr. Kovács Ferenc polgármester elő-



A Butykát átszelő út fejlesztése fontos lépése volt az első ütemnek, ezúttal a Nagykálló felé vezető 4911-es kap a lakosság számára is érzékelhető fejlesztést: a nagyszállási keresztmetszű körforgalom épül, valamint kerékpárút is

relátóan hangoztatta, vagy alvóvárossá válunk és lemaradunk, vagy nagyívű fejlesztésekbe kezdünk. Ennek révén sikerült kormányzati támogatással egy 640 hektáros területet vásárolni ott, ahol már a '90-es években is kijelölték ezeket a fejlesztési irányokat, majd azóta újabb 176 hektárt vett az önkormányzat. Az állami, három fejlesztési ütemre bontott beruházásorozat a 640 hektáros részre vonatkozik, de az előkészítő munkák az újabb térségben is jól haladnak.

Az első ütem eredményei

Érdeemes címszavakban visszaidézni a 38,7 milliárdos kormányzati forrásból gyakorlatban tavaly nyárra megvalósult első ütem látványosabb eredményeit. – Elkészült 14 km közút csapadékvíz-elvezetéssel az utak mentén és 10 km kerékpárút, 10,5 km vízvezeték és 1 nyomásfokozó, 11,4 km szennyvízvezeték és 1 átemelő, 32 km IT alapítmény, 12 km elektromos hálózat, 1 víztározó-bővítés. Közvilágítás épült ki 16,5 kilométeren és 182 darab térfényképző kamera szolgálja a biztonságot. A gáz- és áramhálózati fejlesztések is jelentősek voltak, ezek eredményeként jelenleg 12 ezer köbméter óránként a földgázkapacitás, és 184 megavoltamper elektromos áram épült ki – ehhez vissza lehet idézni az ország egyik legjelentősebb, ősszel átadott, „Nyírjes” fantázianevű alállomását – részletezte dr. Podlovics Roland.



Az első ütem is érintette a vízügyi fejlesztéseket, a Tünde utcai nyomásfokozó 12 000 ember vízellátásának a hatékonyságát javította. A második szakaszban a természetes vizek védelmének első fázisa, hogy a kínai Sunwoda a vízigényének 90 százalékát szűrke, ipari vízből fogja megoldani

Víz, szennyvíz, utak, környezetvédelem

Ami a most induló, és tervezetten 2027 nyarán záruló második ütemet érinti, három kivitelezői szerződés kere-



A szennyvízzel kapcsolatos fejlesztések is folytatódnak a második ütemben. Az elsónél megvalósult, Debreceni utat érintő beavatkozás a szakasz megújulásával is járt, az ott élők kényelmére.

tében valósul meg. Az egyik csomag a közműudvar és szennyvíztelep fejlesztését foglalja magában, a 2. rész a víziközmű távvezeték és vízműtelep-fejlesztéseket ta-



Az egyik leglátványosabb rész a 640 hektáros terület belső útjainak kiépítése volt, beleértve a kerékpárutakat is. Ez is folytatódik, így a nagyszállási csomópontot érintve Borbánya felől is megközelíthető lesz biciklivel az övezet

karja, míg a harmadik az általános infrastruktúra-fejlesztést, beleértve az utakat-kerékpárutakat is. Ehhez jön még a környezetvédelmi monitoring rendszer.

Cél a szennyvíz újrahasznosítása

Nézzük részleteiben. Elkészül az ipari parki közműudvar, benne a városüzemeltetési feladatokat ellátó NYÍRVV Nonprofit Kft. telephelyével, illetve az ipari parki szennyvíztisztító telep és szűrkevíz-nyomásfokozó rendszer, amely jelentős mértékben csökkenti a nagy víz-igényű ipari szereplők ivóvíz-felhasználását. – Ezt érdekesebb összefüggéseiben vizsgálni, hiszen mindehhez szükséges a víziközmű telephelyek fejlesztése és vezeték kiépítése. A II. sz. (helyileg polyakborkori) szennyvíztisztító fejlesztése részeként valósul meg a telephelyről elfolyó tisztított szennyvíz továbbkezelésével a víz-újrahasznosítás, tehát szűrkevíz-, vagy iparivíz-előállítás. Ez azt jelenti, hogy a lakosság által már egyszer elhasznált vízből keletkezik majd például a Sunwoda teljes vízigényének 90 százalékát fedező szűrkevíz. Az új létesítmény napi 8000 köbméter kapacitásig képes szűrkevíz előállítására. A folyamat vége a parkban keletkezett szennyvizek megtisztítása, melynek a befogadója a Simai-főfolyás, melyet szintén fejlesztünk. Természetesen a befektetési övezet ivóvíz-ellátásának biztosítását is meg kell oldani, a meglévő Tő utcai, paszabi és nyírteleki vízműtelepek fejlesztésével, új elemek létesítésével. Ha előre tekintünk: kész vannak a tervek a harmadik fejlesztési ütemben megvalósításra váró megoldásra, eszerint Paszabról kapna tiszta vizet az ipari terület, így teljes mértékben megkímélve a felszín alatti vízbázisokat.

Útépítés, körforgalmakkal

Továbbra is kiemelt cél, hogy az ipari park minél több irányból megközelíthető legyen, ezzel is minimálisan csökkentve a várhatóan a térségben megnövekedő forgalmat, hogy az ne érintse a várost, a lakott területeket.



Az úthálózat a belső közlekedést és a megközelítést is segíti. Ennek kiépítése is folytatódik: új feljártot kap a park az M3 autópályához, és majd a 4-es számú főútról felül el lehet érni a területet, jelentősen csökkentve a város esetleges közlekedési terhelését, mire az üzemek beindulnak.

– Így az M3 autópálya északi oldali fejlesztési területen az ipari parki belső úthálózat részeként belső feltároló út csapadékvíz-elvezetéssel és párhuzamos kerékpárút épül, buszöblök létesítésével. Az új utak mentén az egyes ingatlanok megközelítését biztosító kapubejáratok létesülnek. A 4925. jelű út – tehát az úgynevezett régi négyes – és az ipari park közötti összekötő út épül körforgalmi csomóponttal. A 113. sz. vasútvonalon keresztül Nyírjesty felé elinduló vonalvezetésű, majd Nagyszállás felé vezető út épül országos közúti körforgalmi csomóponttal, a 4911. számú, Nagykálló felé vezető úton, és a tervezett összekötő út melletti kerékpárforgalmi hálózati elemmel, szintbeni vasúti átjáró felújításával, szervizutakkal.

Lehetséges kapcsolódó vasúti fejlesztések

– Érdeemes megjegyezni, hogy bár nem a kettes fejlesztési ütem része, de a kormányzat eltökélt abban is, hogy fejlesztik a Nagykálló–Nyírátó felé vezető 113-as vasútvonalat is az ipari park igényeinek kiszolgálására, ami összekapcsolódik a 100-as vasúti fővonal Debrecen és Nyíregyháza közötti jelentős rekonstrukciójával. Sőt, elkészült a tanulmányterv, melynek része a Simai úti felüljáró kiépítése, hogy a megnövekvő vasúti teherforgalom ne zavarja a városlakók komfortját.

A környezetvédelem jegyében: Komplex Monitoring Rendszer

A rövid áttekintéshez még egy fontos elemet szükséges kiemelni, ez pedig a környezetvédelem, melyre az önkormányzat az ipari parki fejlesztések során kiemelt figyelmet fordít. – Még az első kapavágások előtt jóval, 2022-ben elvégeztettük a talaj és talajvíz állapot-felmérést,



A közvilágítás okoseszközökkel épült ki, melynek fejlesztése szintén tovább folytatódik, nem feledkezve meg a megvalósult biztonsági kamerarendszerről sem

2025-ben pedig a levegőtisztasági vizsgálat is lezárult. A fejlesztésorozat részeként egy Komplex Monitoring Rendszer épül ki tervezetten 2027. I. félévének végéig, melynek célja, hogy az önkormányzat mérni tudja, hogy az ipari park területén működő cégek általi kibocsátások megfelelnek a környezetvédelmi engedélyekben előírtaknak, és ilyen módon nem ártalmasak a környezetre és a lakosságra. Az ipari parkba betelepülő üzemek működése során a lakosság egészségének védelme érdekében az önkormányzat kiemelten kezeli az ipari tevékenységek hatásainak, a hatások mértékének nyomon követését, a jogszabályi és hatósági követelmények teljesülésének ellenőrzését, melyet a hatósági előírásokon felül a Komplex Monitoring Rendszer kiépítésével és működtetésével kívánunk biztosítani. De erre a már előzetes tárgyalásaink során is figyeltünk, szigorú feltételeket szabva. Csak egy példa: az egyik határérték a németországi CATL beruházásnál elfogadottakkal teljesen egyenértékű, amit ott büszkén hirdettek. És arra is kiemelten figyelünk majd az előzetes mérnöki modellek alapján, hogy az ipari tevékenység hatása ne jelenjen meg a lakott övezetben, például Butyka és Nyírjes térségében. A teljes: talajra, talajvízre, szennyvízre és levegőre is fókuszáló rendszert akkreditált szervezet üzemeltetheti majd. A Nyíregyházi Déli Ipari Park fejlesztése így nemcsak a térség legnagyobb gazdaságfejlesztési beruházása, hanem hosszú távon meghatározó tényező a fenntartható ipari környezet megteremtésében és a hazai, illetve nemzetközi befektetők számára kínált versenyképes feltételek biztosításában.



A környezetvédelmi monitoring rendszer kiépítését környezeti állapot-felmérések előzték meg, már 2022-től kezdve, amikor még nyoma sem volt a területen semmilyen beavatkozásnak

A II. ütem műszaki tartalmának rövid kivonata:

- Vízellátás: 10 000 m³/nap
- Szennyvízelvezetés: 7000 m³/nap
- Tisztított szennyvíz/ipari víz/ szűrkevíz: 8000 m³/nap
- 6 km közút
- 3,5 km kerékpárút
- 1,1 km vízhálózat
- 0,7 km szennyvízvezeték átemelővel
- 3 km szűrkevízvezeték
- 22,5 km IT alapítmény
- 131 db közvilágítási oszlop
- 9,6 km elektromos hálózat
- 1 víztározóépítés
- Útvízletelő árkok az utak mentén
- 1 új szennyvíztisztító telep
- Monitoring létesítmény
- Ivóvíz- és szűrkevíztározó telep
- Üzemeltetési központ – NYÍRVV Nonprofit Kft. Városüzemeltetési cég telephely, illetve Közterület-felügyeleti állomás
- Simai-főfolyás-fejlesztés, 8 db átereszt és 2 km mederburkolás
- Meglévő szennyvíztisztító telephely fejlesztése, új szűrkevíz-előállító létesítmény és kiszolgáló létesítmények bővítése, felújítása, átemelőrekonstrukció
- 11,5 km ivóvíz távvezeték
- 11,5 km szennyvíz távvezeték
- 11,3 km szűrkevíz távvezeték
- Vízműtelep-fejlesztések, naperóművek, új kutak fúrása és létesítmények felújítása



Több munkahelyteremtő világégiték építkeznek a területen, a beruházások különböző fázisaiban tartva. A BMW-beszállító Boysen például már próbagyártásokat végez.

„A Nyíregyházi Ipari Park víziközmű infrastruktúrális fejlesztési feladatai keretében az ipari park vízellátásának, szennyvízelvezetésének és -kezelésének, valamint bel- és csapadékvízvezető-hálózatának fejlesztése, az Energiaügyi Minisztérium támogatásával, 111.100.488.863 Ft összegben valósul meg, a VSZF/473/2023-EM_SZERZ iktatószámán nyilvántartott jogviszony keretében.”

„A Nyíregyházi Ipari Park villamosenergia-, illetve gázhálózatának infrastruktúrális fejlesztése az Energiaügyi Minisztérium támogatásával, 5.782.104.094 Ft összegben valósul meg, a VHFO/74/2023-EM_SZERZ iktatószámán nyilvántartott jogviszony keretében.”

„A Nyíregyházi Ipari Park hírközlési hálózatának infrastruktúrális fejlesztése a Nemzetgazdasági Minisztérium támogatásával, 3.182.777.137 Ft összegben valósul meg, az ÁTEF/20/2023 iktatószámán nyilvántartott jogviszony keretében.”

„A Nyíregyházi Ipari Park úthálózatának infrastruktúrális fejlesztése az Építési és Közlekedési Minisztérium támogatásával, 36.921.395.717 Ft összegben valósul meg, a KÖFÁT/5924/2023/KIF iktatószámán nyilvántartott jogviszony keretében.”

Vállalkozásának pénzre van szüksége?

Itt a Fix 3%-os vállalkozói hitel



Startoljon rá!

TOVÁBBI RÉSZLETEK: fix3kkv.kormany.hu



Titkok, tények, távlatok az iskolai közétkeztetésben

Az iskolás évek emlékeit idézi meg az az időszak kiállítás, amely múlt kedden nyílt a Kállay Gyűjteményben. A Menzán innen – menzán túl című országjáró tárlat a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumnak köszönhetően érkezett Nyíregyházára, ahol a szervezők a menzák történetét tárják a látogatók elé. A kiállítás március 2-ig várja az érdeklődőket.

A „Menzán innen – menzán túl” kiállítás a hazai közétkeztetés fejlődését mutatja be az 1950-es évektől napjainkig. A menza története az éhezés megszüntetésére törekvő '50-es évekkel indult, amikor kialakultak az alapvető menzai szabályok.



A '70–80-as évek az intézményesülés és korszerűsödés időszaka lett, ekkor vált a menzai étkezés a mindennapok természetes részévé. A '90-es évektől pedig az egészségesebb táplálkozás irányába való elmozdulás jellemzi a közétkeztetést. A megnyitón dr. Bereczki Ibolya, a szentendrei Szabadtéri Néprajzi Múzeum főigazgató-helyettese hangsúlyozta: a legnagyobb változást 2014 hozta, amikor az új menzarendelet jóval egészségesebb alapokra helyezte az iskolai étkeztetést. Mára pedig egyre több helyen svédasztalos rendszerben kínálják a menüket.

A Kállay Gyűjtemény számtalan időszak kiállításával várja a látogatókat az év minden szakában. Dohanicz László intézményvezető úgy véli, a mostani tárlat is egy olyan újabb gyöngyszeme lehet a kiállítóternek, mely mindenkinek szól. – Minden generációt megszólít a kiállítás. Rengeteg ismeretanyag van, és nemcsak tárgyakon, hanem tablókön keresztül is lehet újabb anyagokat megismerni, illetve QR-kóddal leolvassva még inkább bővíthetők az információk az iskolai közétkeztetés történetéről – fogalmazott az intézmény vezetője. A kiállítás ideje alatt rajzpályázat, előadások várhatók, melyek még izgalmasabbá teszik azt.

A megnyitón Halkóné dr. Rudolf Éva önkormányzati képviselő is köszöntötte a résztvevőket, aki elmondta: a városvezetés számára mindig fontos feladat, hogy a helyi közétkeztetés színvonalát emeljék. – A fenntartók, akár a tankerületi központok, szakképzési centrumok és Nyíregyháza Megyei Jogú Városa is óriási hangsúlyt fektet a közétkeztetésre. Amikor például kiírják a közétkeztetési pályázatokat is, pontosan megfogalmazva a minőséget, mennyiséget, nagyon oda kell figyelni arra, hogy melyiket fogadjuk be, s végül is ki az, aki elnyeri azokat – fejtette ki a képviselő.

A gyűjtemény 2026-ban további újdonságokkal készül: az év Kállay Krisztof munkásságára fókuszál, amelyet több program és rendezvény mutat majd be. Májusban a Mohács 500 kapcsán egy látványos, minden korosztálynak szóló kiállítással is várják a látogatókat. A menzakiállítás március 2-ig tekinthető meg.

(Szerző: Csatári Jázmin)

Képiró Isten közelében

Egy új kiállítással tiszteleg a magyar kultúra napja előtt a nyíregyházi Görögkatolikus Múzeum. Az intézményben Szántay Marianna grafikáiból látható tárlat múlt hét szerdától. A belsőépítés, pedagógus olyan tusrajzokat mutat be, amelyek a hitéről tesznek tanúbizonyságot.

A kézben elfér az imádságos könyv, máskor a rózsafüzér, de még egy mobiltelefon is, amin éppen a napi ige olvasható. Szántay Marianna grafikái egyértelmű, didaktikus üzenetet hordoznak a kereszténységről, a megváltóról és magáról az alkotóról is, aki nemcsak gyakorolja a hitét, hanem tanúbizonyságot tesz róla. A művész a civil életben belsőépítész, pedagógus és hatgyermekes anyuka, mellette pedig, ha ihletet kap, szívesen merül el a hitében és a saját eszközeivel ajtót nyit arra a világra, ami túlmutat az érzékelhetően.

A Görögkatolikus Múzeumban kiállított grafikákon csak egyetlen alkotáson láthatunk arcot, kezek, lábak, testrészek vezetnek el a kereszténységbe, idéznek fel eseményeket az evangéliumból. Ezt több esetben is imákkal, zsolttárszavakkal teszi még szemléletesebbé a művész. – A keresztény hitének egy olyan megformálása és megmutatkozása ezek a grafikák, ami a közönség, a felnőttek, a gyerekek számára egyaránt könnyen olvashatók. Ezért is adtuk a kiállításnak ezt a címet, hogy a Képiró Isten közelében. A képiró az ősi, régies



megfogalmazása a festőnek, aki a valóságot hűen tudja ábrázolni. Itt nem valóság-ábrázolásról, hanem lelki realitásokról az ábrázolásáról van szó. Az üzeneten és a grafikán túl, maga a technika rendkívül érdekes, hiszen ezek kicsi, apró, fekete tusvonalakból megalkotott képek. Maga az alkotás folyamata is egy meditatív imádságos folyamat. Ráérősít a technika, amit a tartalom közölni akar – mondta Szabó Irén, a Görögkatolikus Múzeum igazgatója.

Szántay Marianna görögkatolikus pap gyermeke, akinek fontos a keleti rítus megőrzése. Ez is jól érzékelhető a munkáiban. A képek egyébként még olyan alsós gyermekek számára is érdekesek lehetnek, akik hittanra járnak. A Görögkatolikus Múzeum ezzel a kiállítással hívja fel a figyelmet, hogy a magyar kultúrát évszázadok óta színesítik a Kárpát-medencében élő, keleti rítusú, magyar művészek.

(Szerző: Z. Pintye Zsolt)

Ellentétek nyomában

Színe és fonákja címmel nyílt fotókiállítás a Váci Mihály Kulturális Központban, amely a mindennapjainkat átszövő ellentéteket állítja a középpontba. A Magyar Alkotóművészek Országos Egyesülete Fotóművészeti Tagozatának alkotói ezúttal képpárokból gondolkodtak, amelyek a nappal-éjszaka, hideg-meleg vagy édes-savanyú típusú kettősségeket értelmezik újra. A művek egymással párbeszédet folytatnak, a látogatók feladata pedig felismerni és tovább gondolni a köztük lévő kapcsolatot. A kiállítás január 22-én nyílt meg, és egészen február 22-ig látogatható.



Művésztanárok kiállítása a galériában

Művésztanárok kiállítása várja az érdeklődőket Nyíregyházán, a Városi Galériában. A Kollektív című tárlaton a Nyíregyházi Művészeti Szakgimnázium és Kollégium Képző- és Iparművészeti Tagozatának valamennyi pedagógusa bemutatkozik, összesen 14 képző- és iparművész alkotásait láthatja a közönség. A kiállítás gazdag képző- és iparművészeti műfajokban, híven reprezentálja a művésztanárok sokszínű gondolkodásmódját. A kiállítás megnyitását a magyar kultúra napjához időzítették, és egészen február 28-ig látogatható.



Ingyenes beiratkozással ösztönzik az olvasást

Február elsejétől ingyenes a beiratkozás a Móricz Zsigmond Megyei és Városi Könyvtárba, valamint fiókkönyvtáraiba. Az intézmény „címvédőként” ismét elindult a Könyvtári Kihívás országos versenyen. A tavalyi elsősegért járó pénzdíjből pedig bevezetik az e-book-kölcsönzést, amelynek már elkezdődött az online igényfelmérése.

Lendületből vágott neki a 2026-os esztendőnek a Móricz Zsigmond Megyei és Városi Könyvtár. December közepén ugyanis elrajtolt a Könyvtári Kihívás 2.0 verseny. A pályázat feltételei nem változtak, az alapkategóriában ugyanaz a feladat, mint a tavalyi évben. Növelni kell a beiratkozók és a tizennégy év alatti olvasók, valamint a kölcsönzött dokumentumok és a rendezvények számát. Emellett van három külön kategória is. – Megint két külön kategóriára pályáztunk. Az egyik a legjobb digitális szolgáltatás népszerűsítés, a másik pedig a legjobb olvasás népszerűsítő program. Az első adatszolgáltatás január 15-én megtörtént a decemberi adatokról. Vannak mutatók, amelyeket növelni tudunk. Az a cél, hogy a következő négy hónapban, május végéig a mutatókat tovább növeljük. Minél többen iratkozzanak be, kölcsönözzenek minél több dokumentumot, nemcsak könyvet, hanem folyóiratot, társasjátékot, diafilmet is – mondta el Tomasovszki Anita igazgató, aki hozzátet-

te, 2026-ban hagyományos könyvbemutatók, gyermekfoglalkozások és LEGO-programok várják az érdeklődőket. A Jóságosi és a Vécsey utcai Fiókkönyvtárban továbbra is sok program lesz, utóbbi folytatja népszerű klubfoglalkozásait, nyáron pedig ismét jön az Olvasólétra. A legfontosabb újdonság: február 1-jétől minden könyvtárban ingyenes a beiratkozás, a központi és mind a hét fiókkönyvtárban is.



Tomasovszki Anita továbbá kiemelte, tavaly közel negyemillió alkalommal használták a könyvtár táv szolgáltatásait, a honlapot, a katalógust, az online hosszabbítást vagy beiratkozást. Népszerűek a közösségi médiafelületek is. A Könyvtári Kihívás tavalyi elsősegért járó pénzdíjből pedig a könyvtár szeretné bevezetni az e-book-kölcsönzést, amelynek már elkezdődött az online igényfelmérése.

(Szerző: Hájer Zsigmond)

A művészi termékenység színházi forrásai

Sűrű napokat él meg a MórícZ Zsigmond Színház színművésze, Nagy Márk. Szerepekben láthatjuk, előadást rendez, nemrégiben felkérték a színház művészeti tanácsadójának és nem mellesleg a 45. Magyar Filmszemlén is szoríthatunk érte versenyfilmben.

– Egy átlagembernek a nap 24 órából áll – neked esetleg több is jut...?

– Néha nekem is furcsa, hogy ennyi minden történik velem, körülöttem, de azért az a sok minden, ami hirtelen reflektorfénybe kerül, egyszerre látható, olvasható, azok korábbi, időben elosztott munkák eredményei. Ilyen a filmezés és a rendezés. Nagyon jó példa erre a Z naplója, amit tavaly szeptemberben bemutattunk, de Törő Gergő oly nagyszerűen viszi, hogy ez az előadás önjáróvá vált, nekem már nem sok dolgom akad vele. Néha elmegyek, megnézem, de nem tudok neki újat mondani. Valójában minden szépen összerakható. Persze én is érzem, hogy sűrűnek a napok, ám ez nagyon örömteli és inspiráló.

– Már a pályád kezdetén eldőlt, hogy a film- és színművészet több területén is beveted magad. Milyen vágy, készletés hajtott, s hajt ebben?

– Őszintén szólva a legelső komolyabb filmes produkcióba véletlenül kerültem bele. Egy hónappal a forgatás előtt főszereplő nélkül maradtak, és akkor a rendező, Füzes Dániel 19-re lapot húzva kiválasztott engem. Ebből született egy tartós kapcsolat, utána sokat dolgoztunk együtt, ő készíti most az Ellentétes alapállást is. Ugyhogya az élet adott egyszer egy lehetőséget, aztán a film olyan, hogy egyik hozza a másikat. Ha benne vagy egy ilyen pörgésben, könnyebben jutsz azok eszébe, akik választanak és döntenek.

– Máris gazdag filmes múlttal rendelkezel, most épp a 45. Magyar Filmszemle versenyprogramjában szurkolhatunk neked. A színművészet két nagy területén is aktívan vagy jelen – melyik igényel több energiát és melyik ad több töltődést?

– Én csak azt tudom erre válaszolni, hogy minden új feladathoz teljes lendülettel, optimistán állok, igyekszem élvezni minden pillanatát, amit aktuálisan csinállok. A ráfordítandó idővel és energiával nem foglalkozom, ez nem is számít, csak a legjobbra törekvő igyekezet. Azt viszont határozottan tudom, hogy amikor egy forgatásról vissza-



Az Alul semmi című előadásban

jövök a színházba, akkor hihetetlen jóleső érzéssel tölt el ez a közeg, hogy itt vár az öltözőm, várnak a kollégáim, akiknek ismerem már a rezdüléseit is. Számomra nagyon fontosak az itt biztosított magas színvonalú feltételek, a stabil körülmények, s hogy mindenki segítőkész. Itt lakom a közelben, a színházban, ismerem már a járást, a távolságokat, a ritmust, és nagyon élvezem az összeszokottságból adódó művészi termékenységet. Úgy vagyok ezzel, hogy ha néha elmegyek filmezni, akkor új helyzetekkel ismerkedem, más, olykor extrém dolgokba kóstolok bele, de ide, a színházba jövök haza.

– Mindössze két éve érkeztl a nyíregyházi társulathoz, de a szerepek mellett már művészeti tanácsadói feladatokat is kapsz. Hogyan értékeled ezt magadban: elismerés, bizalom, bővülő lehetőség, még több munka...?

– Mindegyik igaz. Amikor Kirják Róbert igazgató felhívott, hogy szeretné, ha a továbbiakban ezen a téren is együtt dolgoznánk, meg voltam illetődve, és a jóleső érzésen túl azon is eltűnődtem, hogy vajon ezt a kollégáim hogyan fogadják majd. Kissé zavarban voltam, de érzékelem az elismerést és a fejlődés új lehetőségét. Olyan embernek tartom magam, aki hisz az értékteremtő szolgálatban. Engem boldoggá tesz, ha dolgozhatok azért, hogy valamelyik kollégám szakmailag jobb helyzetbe kerüljön, ha formálhatom az ehhez megfelelő körülményeket. Szeretem azt, amikor segíthetek, ha esetleg csak azzal is, hogy meghallgathatom, egy kollégának mi a problémája, és meglehet, már a beszélgetés közben neki jut eszébe a megoldás. Azért örülök ennek a feladatnak, mert tehetek

valamit azért a közösségért, amely nagyon sokat tett értem.

– Rendezői munkád egyik elismerése a tavaly elnyert Mensch-díj, egy nagyon komoly témával. A Z naplója, avagy az Agytakarítás sem könnyű „sztori”, a túlélés másfajta drámája. Az előadás nyomán egy közönségtalálkozón szakorvossal együtt beszéltek a darabról és az üzeneteiről is. A művészet inspiráló, útmutató ereje új formában is megmutatkozott?

– Abszolút! Személyesen az az orvos jött el, aki a történet főhősét, Zemlényi Zoltánt kezelte, gyógyította. Ő ismeri a legjobban a történet főszereplőjét, a fiút, a Hoppárézimi szerzőjét, így nagyon-nagyon sokat tett hozzá a monodráma üzenetéhez. Ez a fiatal srác, Z egy bal eset után kómából ébredve nem tudott beszélni, nem tudta kommunikálni, amit szeretne, amit érzett és gondolt, de nem fogadta el, hogy egy sérült test börtönné váljon, valamit tenni akart és tett is. A rehabilitációt végző dr. Mező Róbert ortopéd szakorvostól hitelesebben senki nem mondhatta el, milyen különleges történet ez, amiből megszületett ez a napló is. A közönség rengeteget kérdezett, lekötötte őket a találkozás, gondolatébresztő beszélgetések szereplőivé vált mindenki, aki ott volt.

– Közeledik a Rómeó és Júlia premierje, Tybalt szerepében igyekszel majd a világ leghíresebb szerelmespárjának útjába állni. Kit láthatunk tőled ebben a karakterben: az intrikus örök bajkeverőt vagy az átszellemült idealistát, akit ősi harc fűt?

– Ebbe komoly beleszólása lesz még Horváth Illésnek... A viccet félretéve: egy új szerephez mindig preconcepció nélkül közeledek, most is ehhez tartom magam. Igyekszem ráhangolódni arra, amit a rendező szeretne, az ő elképzelései adják a fő irányt, de az rögtön nyilvánvalóvá vált, hogy egy nagyon izgalmas történet kel majd életre a színpadon, ahogyan Horváth Illés Varró Dániel fordításával megfogja ezt. Hozzám nagyon közel áll a próbafolyamatot jellemző játékoság, szeretet, egy csipetnyi huncutsággal, ebbe ágyazódik a történet brutalitása, a tragédia. Illés munkamódszeréből következik a szeretetteljes lazasság, a gördülékenység, aminek eredményeként izgatott boldogság hatja át a próbákat. Ennek eredményét láthatja majd a közönség.

(Szerző: Nyéki Zsolt)



MÓRICZ
ZSIGMOND
SZÍNHÁZ

MÁRCIUSBAN BÉRLETSZÜNETBEN

03.03.

YERMA



03.07.

NE MOST,
DRÁGÁM!



03.14.

ALUL SEMMI



03.20.

A DZSUNGEL
KÖNYVE



03.21.

A PADLÁS



Jegyek: moriczszinhaz.hu

Szabó Norbert festménykiállítása

Megnyitja: dr. Dráviczki Sándor PhD főiskolai tanár.
Megnyitő: február 2. 16.30-tól.
Megtekinthető: február 28-ig. (Kérik, előre érdeklődjene-
nek, hogy a terem szabadon látogatható-e.)
Helyszín: Móricz Zsigmond Megyei és Városi Könyv-
tár, Kamaraterem.

A Beszkidektől a Visztuláig

Dr. Sipos László vetített képes előadása.
Időpont: február 5. 16.30-tól.
Helyszín: Móricz Zsigmond Megyei és Városi Könyv-
tár, Konferenciaterem.

Illatok Kalandjátéka – interaktív kiállítás

A kiállítás és játék egy kalandos mesebeli utazásra in-
vitálja a látogatókat. Orrukat, illatoló készüléket 16
darab játékállomáson felállított, egyedi illatokat tartal-
mazó illatpumpák teszik próbára... A kiállítás megte-
kinthetése ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött.
Érdeklődni és regisztrálni: 42/411-822.
Időpont: február 8-ig 8.00–18.00 óra között.
Helyszín: Váci Mihály Kulturális Központ.

A szent korona sérüléseinek és átalakításainak krónikája

Németh Zsolt vetítéssel egybekötött kötetbemutatója.
Időpont: február 11. 16.30-tól.
Helyszín: Móricz Zsigmond Megyei és Városi Könyv-
tár, Kamaraterem.

Színe és fonákja

A MAOE Fotóművészeti Tagozatának kiállítása.
Megtekinthető: február 22-ig.
Helyszín: Váci Mihály Kulturális Központ.

Inferno – képregények a határon túlról

Kiállítás Black Village Comics munkáiból.
Megtekinthető: február 24-ig.
Helyszín: Móricz Zsigmond Megyei és Városi Könyv-
tár, Képregénytár.

Megállított pillanatok

Az Alkotó Idősek pályázaton díjazott Kalocsai László
amatőr festőművész kiállítása.
Megtekinthető: február 24-ig.
Helyszín: Alvégesi Művelődési Ház.

Kollektív

A Nyíregyházi Művészeti Szakgimnázium és Kollégi-
um Képző- és Iparművészeti tagozatán tanító művész-
tanárok közös kiállítása. Grafikák, fotók, kerámiák, fest-
mények, szobrok, látványtervek, jelmeztervek, öltözé-
kek, vegyes technikájú alkotások gazdag anyagát lát-
hatják az érdeklődők.
Megtekinthető: február 28-ig.
Helyszín: Nyíregyházi Városi Galéria.

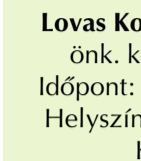
Leskovics András pénztörténeti kiállítása

Téma: A vegyesházi királyok és a török hódoltság idő-
szaka (1301–1686).
Megtekinthető: február 28-ig.
Helyszín: Móricz Zsigmond Megyei és Városi Könyv-
tár, Hírlapoltvasó (I. em.).

Képviselői fogadóórák



Ágoston Ildikó (6. sz. vk. önk. képviselője) fogadóórákat tart.
Időpont: február 3. 16.30–18.30-ig.
Helyszín: Sóstóhegy, Fácán utca 2.,
Egészség ház.



Lovas Kovácsné Nagy Erika (8. sz. vk. önk. képviselője) fogadóórákat tart.
Időpont: február 2. 17.00–18.00 óráig.
Helyszín: Vasutas Művelődési Ház és
Könyvtár, Toldi u. 23.



Ráb Jánosné (15. sz. vk. önk. képviselője) fogadóórákat tart.
Időpont: február 3. 16.00–18.00 óráig.
Helyszín: Oros, Fő u. 3. (posta felőli
bejárat).

Boldog böjt

Szabó Tamás atya, a Nyíregyházi Egyházmegye pasz-
torális helynöke Boldog böjt címmel előadást tart február
17-én 17.00 órától a Szent Miklós Házban (Nyíregyháza,
Bujtos u. 32.), a Keresztény Értelmiségiek Szövetsége Nyír-
egyházi Csoportja szervezésében. Az előadás nyilvános
és ingyenes.

2026. FEBRUÁR 14. SZOMBAT

VIII. NYÍRSÉGI DISZNÓTOROS FESZTIVÁL

XXIV. NEMZETKÖZI BÖLLÉRVESZÉNY
SÓSTÓI MÚZEUMEALU

7.00 Kapunyitás
10.00 Felvonulás
11.00 **Grófo**
12.00 Harmonikus együttes
14.00 **TÓTH GABI**
és a Legényes táncgyűttes

A rendezvény fővédnöke:
dr. Nagy István agrárminiszter

NYÍREGYHÁZI EGYETEM

ÉRTÉKTEREMTŐ- ÉS **ZÖLD EGYETEM**

digitális egyetem

TRADÍCIÓ ÉS INNOVÁCIÓ
JELENTKEZZEN A NYÍREGYHÁZI EGYETEMRE!

A DIPLOMÁJÁHOZ
A LEGO® Education*
TUDÁSÁT IS MEGSZEREZHETI!

KÉPZÉSI TERÜLETEINK:

- > Gazdaság- és sporttudomány
- > Műszaki és informatika
- > Pedagógusképzések
- > Agrár- és természettudomány
- > Bölcsészettudomány
- > Művészetközvetítés
- > Társadalomtudomány

*Módszertani képzés Kelet-Közép-Európa egyetlen LEGO Education programjában!

NAPPALI TAGOZATOS, ÁLTALÁNOS FELVÉTELI ELJÁRÁSBAN FELVETT ELSŐ ÉVES HALLGATÓINK LAPTOPOT KAPNAK TANULMÁNYAIKHOZ!

SPORTOS EGYETEM MŰVÉSZETI KÉPZÉSEK PÍLÓTA-KÉPZÉS 35 ÉVE ÖSZTÖNDIÁK MENTOROK PEZSGÓ HALLGATÓI ÉLET

nyo.hu/ nyiregyhazi_egyetem/ nyiregyhazi Egyetem 1914/

Amiről az utcák mesélnek...

Lapok a 120 éves kisvasút történetéből 5.

Amikor 1902-ben a kisvasút építéséhez részvényeket lehetett jegyezni, akkor a sóstói szőlősgazdák egy elágazó szárnyvonal építését javasolták, amely a Szőlőtelep hegyközségben (ma Sóstóhegy) lévő Betekints csárdáig vezetne. Kérésüknek 30 ezer korona részvény jegyzésével adtak nyomatékot. (Ezt a 6 km-es leágazást a záhonyi vonal második vágányának építésekor, 1965-ben szüntették meg.) Ez volt az egyik változtatás az eredeti terven, amely megvalósult, a másik pedig, hogy a kisvasút és a Nyíregyháza–Csap vasútvonal sóstói, szintbeli keresztezése helyett viaduktot építettek a nagyvasút felett. A németek ezt is felrobbantották 1944-ben, azonban már a következő évben ideiglenesen újjáépítették.

A Vasúti Hidak Alapítvány 2005-ben emléktáblával jelölte meg Nyírszőlősnél az Érpataki-főfolyás felett átívelő vasúti hidat (képünkön), amelynek érdekessége, hogy ez hazánk első és az egyetlen eredetiben megmaradt vasbeton hídja. A híd terveit a mátészalkai születésű Zielinski Szilárd, a magyar vasbeton-építési szerkezetek nagy úttörője készítette.

1948-ban a Nyíregyházavidéki Kisvasutakat is államosították, azt a Magyar Államvasutak vette kezelésébe. A „kávédarálónak” becézett gőzmozdonyokat az 1960-as évektől dízel-mechanikus, majd dízel-hidraulikus erőátvitelű mozdonyok váltották. Egy 1960-as évek elején készült tanulmányban egyszerre írtak a kisvasút megszüntetéséről és fejlesztési lehetőségeiről. 1969-ben a városi villamos vonalat megszüntették, a kisvasút nyomvonalát pedig a városon kívülre, a Nyíregyháza–Záhony fővonal



mellé helyezték át. Negyven évvel később azonban már egy hirdetésben arról értesítették az utasokat, hogy „2009. szeptember 17-től műszaki okok miatt, ideiglenes jelleggel, további intézkedésig a Nyírvidéki Kisvasúton Herminatanya–Balsai Tiszapart és Herminatanya–Dombrád állomások között a vonatok helyett vonatpótló autóbuszok közlekednek”. Azóta csak az emlékezés marad, amit a kisvasút szerelmesei meg is tesznek minden év szeptemberének második szombatján, a Nyírvidéki Kisvasút Napján.

(Szerző: Ilyés Gábor helytörténész, www.emlekjelek.hu)

Napló NYÍREGYHÁZI
 NYÍREGYHÁZA MEGYEI JOGÚ VÁROS HIVATALOS LAPJA
 Megjelenik a Város-Kép Nonprofit Kft. gondozásában

Felelős kiadó: Város-Kép Nonprofit Kft.
 Ügyvezető: Zagyva Gyula
 Főszerkesztő: Tarczy Gyula
 Felelős szerkesztő: Boros Rita
 Fotók: Szarka Lajos, Trifonov Éva
 A szerkesztőség címe: 4400 Nyíregyháza, Szabadság tér 9.
 Tel.: 70/933-9821
 E-mail: naplo@nyiregyhazitv.hu
 Hirdetés: 70/686-5553, 70/933-9823
 E-mail: reklam@nyiregyhazitv.hu
 Nyomdai munkálatok: Start Nonprofit Kft. Nyírsegi Nyomda Üzeme
 Felelős vezető: Balogh Zoltán vezérigazgató
 ISSN: 1218-1080
 Példányszám: 56 500
 Terjesztési reklamáció, info@nyiregyhazitv.hu
 csak Napló-ügyben: telefonon: 42/411-883
 Lapunk online változata: www.nyiregyhaza.hu
 Lapunkat az Observer rendszeresen figyeli.

IMEDIA
 OBSERVER

Lukács Ablak Kft. 42/595-611, 06-20/9-550-650

- 6 kamrás műanyag nyílászárók rendkívüli áron.
- Fa nyílászárók, szűnyoghálók.
- Beltéri ajkók.
- Redőny, relaxa, szalagfüggöny.
- Zsaluzia.
- Roletta, napellenző.

www.lukacsablak.hu • e-mail: info.lukacsablak@gmail.com

DANA Bútoráruház Nyíregyháza-Oros, Nyíregyházi út 11.
 (Trans-Vidia áruház után)
Használt bútor beszámítás!
www.danabutorbolt.hu

KURCZ web-áruház www.eledeldiszkont.hu

NAGY ZSÁKBAN OLCSÓBBAN! JÓ MELEG FEKHELYEK

DOG, HAPPY DOGS, SIMBA

Kurcz Állateledel Áruház
 PrimaDog Állateledel
 Happy Pets Állateledel

PrimaDog Állateledel Üdét
 Nyíregyháza, Korkényi Frigyes utca 92.
 Telefon: 06-42/447-125

Happy Pets Állateledel
 Nyíregyháza, Mészáros u. 6. Tel.: 06-38/975-1838

ROYAL PETS
 Nyíregyháza, Farkas L. tér 9/A.
 Telefon: 06-38/218-3637

Állateledel Áruház
 Nyíregyháza, Váci Mihály utca 19-21.
 Telefon: 06-42/595-046, 06-30/218-3637

NYÍREGYHÁZÁN

- 3.emeleti, liftes,
- téglaépítésű,
- 8 lakásos társasházban,
- 57 nm-es

LAKÁS ELADÓ
ÉRDEKLŐDNI: 06-70/933-9811

Kedvcsináló élménynap



Bepillantottak a molekuláris biológiai vizsgálatok világába, láthattak látványos kémiai kísérleteket és megismerkedhettek a vizuális kultúra alapjaival is azok a fiatalok, akik ellátogattak a Nyíregyházi Egyetem Felvételi Élménynapjára január 28-án. Az intézmény tizenegy intézete több mint harminc programmal várta a továbbtanulás előtt álló középiskolásokat. A rendezvényen közel ötszázan vettek részt.

Értéktár Meghívás

A Nyíregyházi Települési Értéktár Bizottság tisztelettel meghívja Önt a nyíregyházi nemzeti értékeket bemutató

Értékes Esték programsorozatára.

2026. február 18-án 16.30 órától

a „Nyíregyházi népzene-tanár-képzés” elnevezésű nemzeti értékünket Ferencziné dr. Ács Ildikó értékőr, Dr. Kompár-Römer Judit szakfelelős és Juhász Erika tanszékvezető mutatja be.

Közreműködnek:
 a Nyíregyházi Egyetem Zenei Intézetének népzene- és népkultúra-tanár szakos hallgatói

Helyszín:
 a Móróc Zsigmond Megyei és Városi Könyvtár Kamaraterme, Nyíregyháza, Szabadság tér 14.

A részvétel ingyenes. Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

A rendezvényre foto- és videófelvételt készíthet. A szervezők a hanganyagok és egyéb feladatokon közlő teherkötőket a fotókat és a videófelvételeket.

Coll-Trade KFT

AJTÓ-ABLAK GARÁZSKAPU SZAKÁRUHÁZ

Nyíregyháza, Tünde u. 11.,
Telefon: 06-42/461-112

AKCIÓ!

6 kg-os porral oltó készülék.
 Ne várd meg, amíg baj történik – gondoskodj a biztonságról most!

- 6 kg-os porral oltó készülék.
- Ajándék fali tartó.
- 2026-os gyártású.
- Otthonra, üzletbe, telephelyre is ideális.
- Megbízható, univerzális védelem.

Akciós ár: 11 800 Ft + áfa.
 Az akció 2026. február 1-től a készlet erejéig tart!

Tűzmegeelőzés Kft. 4400 Nyíregyháza, Kiss Ernő u. 17.
 Telefon: +36-42/504-642