

Utasbiztosítás külföldre utazóknak

Nyáron sok a segélyhívás



Fotó: Nagy Tibor (archív)

A nyaralási időszakban megugrik a segélyhívások száma a biztosítótársaságok kárrendezését végző szolgáltatóknál. A turistaidényben a kellemes időtöltés mellett személyi sérülések vagy balesetek, de repülőjáratok kiesése, poggyászelvesztés is beárnyékolhatja a nyaralást.

Szer Pálosy Piroska

Mivel a kellemetlenségeket elkerülni nem lehet, érdemes arról gondoskodni, hogy a bekövetkezett károkért a turista némi kártérítést kapjon, ezért tanácsos utasbiztosítást kötni a kirándulás idejére.

A külföldön nyaralók leggyakrabban tengeri sün okozta sérülés, medúzacsípés miatt szorulnak orvosi ellátásra, Görögországban pedig kie-

melkedően sok a bérelt robogóval történt baleset – derült ki egyik magyar nyelven is segítséget nyújtó szolgáltató, az Europ Assistance Magyarország 2018-as adataiból.

A nyár bő három hónapja alatt leggyakrabban a mediterrán országokba utazók kérnek orvosi segítséget, legtöbbször Görögországból, Törökországból, Horvátországból érkezik hívás, de sokan szorulnak ellátásra az Ausztriában, illetve Bulgáriában nyaralók közül is. Az egészségi problémák közül a leggyakoribbak a rovarcsípések, a medúzacsípések, illetve a tengeri sün vagy kagyló okozta sérülések. A közlemény szerint tavaly nyáron az egy évvel korábbinál 14 százalékkal többen, közel 28 ezren kértek segítséget egészségi problémák miatt az Europ Assistance Magyarországtól.

(Folytatás a 10. oldalon)

Ne feledje
IDŐBEN
megújítani előfizetését!
Ha előfizet,
BIZTOSAN
kézhez kapja
FÉLÁRON!
Telefon:
0742-828-647

EDUR-tábor Gegesben

Pólót festő, álmofogót készítő gyermekek szorgoskodtak múlt hét szerdáján a gegesi református parókia udvarán. A tábort a tavaly októberben alakult marosvásárhelyi Educational Reborn – EDUR-Egyesület hozta létre a gegesi egyházközség biztosította természetközeli környezetben.

2.

Visszavádol a tanfelügyelőség

Az intézmény vezetője nehezményezi, hogy a vádak a közösségi médiában váltak nyilvánossá, holott a panaszlevélben világosan olvasható, hogy elsősorban kinek címezték. A továbbiakban elhárít minden felelősséget, arra hivatkozva, hogy a dolgozatokat más megyében javították.

4.

Huszonévesen főszakácshelyettes

A húszas éveiben járó lány gyerekként rajzfilm helyett főzóműsorokat nézett, és története jó példája annak, hogy ha a tehetség kellő akaraterevével és kitartással társul, az álmok igenis valóra válhatnak.

6.



OPTICA OPTOFARM
A látás szakértője

Szolgáltatásaink:

- kontaktlencse-felírás és rendelés
- ingyenes szemüvegfelírás komputeres szemvizsgálattal
- mindenik szaküzletünk orvosi szakrendelővel van felszerelve, ahol teljes szemvizsgálatot végzünk, a pácienseinket küldőpapír nélkül fogadjuk
- a gyerekvizsgálatokat speciális fotorefraktométerrel végezzük (kellemetlen pupilatágítás nélkül, távolsági fotózással)
- kötelező éves szemvizsgálatok cégek részére
- korszerű számítógép-vezérlésű japán NIDEK gépekkel bármilyen keret típusba bedolgozunk plasztik- és üveglencsét egyaránt (gyors, olcsó és precíz munkával)
- szemüvegjavításokat végzünk (keretek forrasztása)
- új amerikai készülék látásjavításra, kancsalságra
- terápiák betegség és sérülés utáni rehabilitációra, memória-, reflexek, mozgás- és tanulászavarok javítására

Marosvásárhely:

- ▲ Posta utca 3. sz. Tel: 0265/212-304, 0365/410-555
- ▲ 1918. Dec. 1. sugárút 49. sz. Tel: 0265/263-351, 0365/410-557
- ▲ Rózsák tere 53. sz. Tel: 0265/250-120, 0365/410-559
- ▲ Dózsa György utca 64-68. sz. (a Kaufland udvara). Tel: 0265/265-205
- ▲ Köztársaság tér 5. sz. Tel: 0365/430-939

Szászrégen:

- ▲ Iskola utca 11. sz. Tel: 0265/512-042, 0365/410-558

Szováta:

- ▲ Fő út 196. sz. Tel: 0265/577-282, 0742-100-323

Aktuális

Álbetegek borítékkal

Antalfi Imola

Három hete kezdődött az az akciósorozat, amely része az egészségügyi szaktárca 2020-ig tartó korrupcióellenes stratégiájának, és amelynek lényege, hogy álbetegeket, vagyis bünszövetkezetbe beépülők mintájára „fedett pácienseket” küldenek olyan egészségügyi intézményekbe, ahol azt gyanítják, hogy a hálapénzmafia működik. Ezeknek a „beépített” pácienseknek kellene leleplezniük a paraszolvencia-maffiát, a szaktárca így szeretné visszaszorítani a jól ismert gyakorlatot.

Az egészségügyi miniszter megerősítette a fenti híreket, és hangsúlyozta, ismeri, hogy hogyan működik a rendszer, ugyanakkor azt is tudja, hogy vannak becsületes orvosok és egészségügyi dolgozók, akik visszatartják a borítékot, és akiket nem kell a többiekkel együtt besározni.

Az egészségügyi alkalmazottak bérét tavaly jelentős mértékben megnövelték, amivel a szaktárca egyik célja éppen a hálapénz visszaszorítása volt. Hogy ez milyen mértékben sikerült, arról nincsenek konkrét információk, a jelenség sokak szerint kismértékben csökkent, mondhatni szinte minden maradt a régiben. Egy közvélemény-kutatás szerint a megkérdezettek az egészségügyi rendszer legfőbb problémái közül a hálapénzt sorolták az első helyre. Egy biztos: nehéz a berögzült szokásokon változtatni, mind az egészségügyi dolgozók, mind a páciensek részéről. Így aztán voltak

(Folytatás a 3. oldalon)

Marosvásárhelyen is megvalósítanak Csoportterápia szenvedélybetegeknek

Szenvedélybetegeken és szerfüggőkön segítenének azzal a projekttel, amelyet a marosvásárhelyi vár Kádárok bástyájában ismertetett július 17-én, szerdán dr. Dorin Florea polgármester és Călin Zamfirescu ötlethatározta.

Szer Pálosy Piroska

A tervek szerint a helyiséget az önkormányzat biztosítaná a várban, a heti két-három alkalommal tartandó csoportos tevékenységeket kezdetben önkéntességi alapon helyeznék. Pszichológusok, lelkipásztorok, szociális gondozók, tanácsadók képeznék a szakmai bázist. Hosszú távú terveik között szerepel az önkéntes jelentkezők továbbképzése a kolozsvári székhelyű, keresztény alapokra épített, szociális szolgáltatásokat nyújtó Christiana Egyesület jóvoltából, annak érdekében, hogy akkreditált önkormányzati intézményként működhesse majd a terápiás központ. A jelenleg csoportterápiás foglalkozások keretében önkénteskedő közigazdász öt éve került kapcsolatba Kolozsváron a Minnesota-modell csoportterápiájával, azt szeretné meghonosítani Marosvásárhelyen is. Mint hangsúlyozta, abból a felismerésből indult ki, hogy a megyeszékhelyen is nagyon sok alkoholfüggő és szenvedélybeteg

él, ennek ellenére nincs egy olyan központ, ahol intézményes keretek között heti rendszerességgel foglalkoznának velük, tanácsokkal látnák el mind az érintetteket, mind családjait. Elképzelését dr. Dorin Florea polgármester hasznosnak ítélte, és a támogatásáról biztosította, ugyanakkor az alkohol romboló hatásáról is beszélt. „Örülök, hogy egy ilyen rendkívül fontos és motiváló program megvalósítását támogathatom, mivel ez valóban egy olyan terület, amit mindig mindenki felületesen kezel. Életeket menthet, családokon segíthet, fiatalok sorsát változtathatja meg gyökerestől, ha a társadalomba való beilleszkedésükhöz vagy visszailleszkedésükhöz segítséget kapnak” – jelentette ki.

A polgármester elsőként felajánlotta a vár Kádárok bástyáját az információs/terápiás színhely számára, ősszel pedig a helyi tanács képviselőtestülete előtt ismertetik a tervet annak érdekében, hogy tanácsai határozat révén a helyi költségvetésből elkülönítsenek egy bizonyos összeget a kiadásokra.

Az ötlethatározás elmondása szerint a kórházak addiktológiai osztályai támogatást adhatnak, noha az eredményességük sokak által vitatott, mivel a kezelt betegek nagy hányada nem saját akaratából, inkább egészségügyi kényszer miatt veszi

igénybe a kórház/pszichiátria nyújtotta szolgáltatásokat. A Minnesota-modell fejlődése azonban felülírni látszik az eddigi tendenciákat, mivel a kirekesztéssel járó megbélyegzés helyett az alkoholizmusra betegséggé tekintenek, mely a szenvedőre fizikailag, mentálisan és spirituálisan egyaránt hat. A korholást, a szégyent vagy a szidást is eredménytelennek tartják. A Minnesota-modell egy Amerikából származó terápiás program, amely az egészségügy orvosi ismeretanyagára támaszkodik, ám túlnyomórészt saját élményű, felépülésben lévő munkatársakat alkalmaz. A programjai intenzívek, mivel csoportterápiát, előadásokat és tanácsadást is tartalmaznak.

A remélhetőleg ősszel induló projekt koordinátorát arról kérdeztem, ismeri-e a magyarországi Bonus Pastor Alapítvány munkáját, mivel szakmai bázisuk, tapasztalatuk egy esetleges együttműködés szempontjából is hatékony lehetne. Bevallása szerint nem ismeri a Maros megyei központot, de elképzelhetőnek tartja a kapcsolatfelvételt, mivel a régóta működő intézmény szakemberei hasznos tanácsokkal láthatnak el. Arra a kérdésre, hogy amennyiben beindul és lesznek jelentkezések, a román nyelven kommunikáló csoport mellett lesz-e magyar nyelvű csoport is, igennel



Dr. Dorin Florea és Călin Zamfirescu

Fotó: Szer Pálosy Piroska

válaszolt. Meggyőződése, hogy a legjobban anyanyelvükön lehet megértetni az emberekkel a szenvedélybetegséggel járó függőséggel, az önpusztító életvitellel való felhagyás fontosságát, és úgy próbálnak segíteni, hogy felhasználják a szenvedélybetegben élő vágyat. Megis-

mertetik egy felépülési programmal, amely támogatást nyújt abban, hogy az egyén felszámolja a függőséget, hogy ne pusztítsa tovább önmagát és környezetét. „Utat mutatva segítenénk az elindulásban” – összegzett a projekt megvalósításával megbízott Călin Zamfirescu.

Távírányított repülőmodell és drón fesztivál A jövő technológiája

Július 19-20-án a marosvásárhelyi régi repülőtéren tartja meg a második távírányított repülőmodell és drón fesztivált a Marosvásárhelyi Kulturális és Tudományegyetem. Erről tartottak az intézmény székhelyén tegnap délelőtt sajtótájékoztatót a szervezők: dr. Csegi Sándor, az intézmény vezetője, Fridrik Lucian drónépítő és Buglea Ion, az egyetem munkatársa.

Vajda György

Dr. Csegi Sándor elmondta, hogy a Marosvásárhelyi Kulturális és Tudományegyetem hiánypótló tevékenységet folytat. A fiatalokat a műszaki szakterület felé szeretné irányítani, ezen a téren szerveznek szaktanfolyamokat. Ennek az irányelvnek az alapján foglalkoznak a drónokkal is. A köztudatban a drónok leginkább mint repülő tárgyak ismertek, azonban a szaknyelvben minden távírányított, automata vezérlésű járművet drón-

nak neveznek. Az ilyen szerkezetek megépítése, kezelése komplex műszaki feladat. Ez a jövő! – hangsúlyozta az intézményvezető, aki elmondta, nemrég járt Mannheimban, ahol sofőr nélküli autókban ült. Ugyanakkor ma már a hadászattól a mezőgazdaságig igen széles körben elterjedt a drónhasználat. A kulturális és tudományegyetem a klímaváltozás hatásait vizsgálja ezekkel a szerkezetekkel. Tavaly szerveztek először fesztivált, ami igen nagy sikernek örvendett. Az idei rendezvény partnerei a helyi rendőrség, a Salvamont, az APIA Drons cég – az utóbbiak bemutatott tartanak arról, hogy milyen területeken lehet használni a drónokat. A szervezésről megtudhattuk, hogy a román repülésügyi hatóságtól is engedélyt kellett kérni, mi több, a hét végén más repülőgép nem szállhat fel és le a régi reptéren. A fesztivál érdekes mozzanata lesz a kerekasztal-beszélgetés a drónokra vonatkozó legújabb törvényről, amelyet Romániában is alkalmaznak. Ebben több szigorítás is szerepel, ugyanakkor figyelembe kell

venni a drónröptetés, -használat etikai, erkölcsi oldalát is.

Fridrik Lucian, az intézmény munkatársa elmondta, tavaly 22 pilóta 40 modellel vett részt a rendezvényen, az idén eddig 30-an jelentkeztek 50 modellel, és várhatóan még lesz benevező. A különböző típusú drónok mellett az érdeklődők nagy méretű (2,6 – 2,7 méteres szárnytavolságú) repülőmodelleket is láthatnak. Az ügyességi és egyéb bemutatók mellett lehetőség lesz – felügyelet mellett – kipróbálni a drónokat. Az egyetem ugyanis drónépítő, -kezelő tanfolyamot is szervez, és itt az érdeklődők beleszólhatnak ebbe a hobbiba. Azt is megtudtuk, hogy mind a repülőmodellezés – amelynek több évtizedes hagyománya van Marosvásárhelyen –, mind a drónozás drága mulatság. A drónok ára elérheti az 5000 eurót, egy komolyabb repülőmodellé meg akár a duplája is lehet. Nyugaton van már drónkezelő szakma, így ebben a képzésben is elől jár az intézmény. Valószínű, hogy a hazai jogszabály három kategóriát különít el: a házi használatot, a fotósokat, filmeseket és a profikat. Ez utóbbiak számára kell majd komoly képzéseket tartani, hiszen ők lesznek azok, akik a már említett gazdasági és egyéb területeken kezelik a gépeket. Erdemes azonban mindenkinek tanulmányozni az új jogszabályt, amelyről szó lesz a rendezvényen is, hiszen a drónröptetésnek igen szigorúak a feltételei, a kihágást akár szabadságvesztéssel is büntethetik.

Nemcsak a látvány miatt érdekes tehát kilátogatni a hét végén a régi repülőtérré, hanem azért is, hogy előretekintsünk a jövő technológiájának alkalmazásában.



Buglea Ion, dr. Csegi Sándor és Fridrik Lucian

Fotó: Vajda György

A hiba feltárása helyett Visszavádol a tanfelügyelőség

Alaptalan vádaskodásnak nevezi a Maros Megyei Tanfelügyelőség annak a szülőnek a beadványát, aki 2019. július 16-án 6058-as számmal iktatott kérvényével a megyei értekezési bizottsághoz fordult, hogy a javító bizottság miképpen követhetett el olyan súlyos hibát, ami egy diák bukásához vezetett volna, ha nem áll fenn az óvás lehetősége. A szülő magyarázatot kért a történetekre, továbbá azt, hogy tegyenek lépéseket a javító tanár (tanárok) felelősségre vonása érdekében.

Bodolai Gyöngyi

Mint lapunk is beszámolt róla, a Bolyai középiskola egyik végzős diákjának, aki mindig a jó tanulók közé tartozott, az első eredményhirdetésekor a román nyelv és irodalom dolgozatát 3,95-tel osztályozták, ami a bukást jelentette, majd az óvást követően 7,9-re javították az eredményét. A történetek nagyon megviselték mind a diáklányt, mind a családot, akik a tehetetlenségtől és a szégyentől már-már depressziós állapotba kerültek. Ez a súlyos hiba megkérdőjelezi a romániai oktatásügy, az értekezési vizsga hitelességét – olvasható a szülő beadványában. A történeteket követően sok családban – amelyek nem adtak be fellebbezést – arra gondolhatnak, hogy az ő gyermeküket is alaptalanul buktatták meg románból.

A kérvényre Ioan Macarie főtanfelügyelő válaszolt. Az intézmény vezetője nehezményezi, hogy a vádak a közösségi médiában váltak nyilvánossá, holott a panaszlevélben világosan olvasható, hogy első-

sorban kinek címezték. A továbbiakban elhárít minden felelősséget, arra hivatkozva, hogy a dolgozókat más megyében javították. Hangsúlyozza, hogy a megyei értekezési bizottság a június-júliusi szesszióban betartotta a törvényes előírásokat, a vizsga megszervezésének módszertanát, és hangsúlyozza, hogy megyénkben nem működött javító központ. Sajnálatosnak és igazságtalannak tartja, hogy egy olyan intézményt vádolnak, amely az oktatás korrektsége és tárgyilagossága fölött örököl.

A sajtónyilatkozatból az derül ki, hogy a szülő beadványát nem olvasták el figyelmesen, ugyanis azt a megyei értekezési bizottsághoz címezték azért, hogy továbbítsák a javító bizottságnak. Ami teljesen jogos kérdés, hiszen nem szokták elárulni, hogy melyik megyébe utaztatják javítás céljából a dolgozókat, így a szülő csakis ahhoz a bizottsághoz fordulhatott, amelyik a lánya értekezési vizsgájának a teljes lebonyolításáért felel. Ennek a bizottságnak kötelessége lett volna továbbítani a szülő panaszát, és a választ is, hogy mi okból történhetett ekkora tévedés, ami egy fiatal pályáját, életét tette volna tönkre.

A javító tanárt, aki négy jegyet tévedett, mindenképpen felelősségre kellene vonni, és a szülő kérésére azt a megyei bizottságnak kell kezdeményeznie, ha másképpen nem lehet, a szakminisztériumon keresztül. Mivel ez a bizottság a megyei tanfelügyelőség keretében működik, amely cselekvés helyett elhatárolódik a történetektől, elgondolkozhatunk azon, hogy ki védi meg a diákok jogait, és miképpen őrzik az oktatás tárgyilagosságát és korrektségét, ha a jogos vádakat a törvényesen és tisztességesen eljáró szülők ellen fordítják.

HARMÓNIA

Egészség – életmód – otthon

Szerkesztette: Menyhárt Borbála

Több mint fél éve várnak a szaktárca által beígért szenzorokra A cukorbetegség nem akadály

Idén júniusban immár ötödik alkalommal szervezett hegymászótúrát cukorbeteg fiataloknak a Maros Megyei Cukorbeteg Gyermek és Felnőtt Egyesülete (ASCOTID). A Dia Mount Challenge projekt célja bizonyítani, hogy az 1-es típusú cukorbetegségben szenvedő fiatalok is képesek hegyet mászni, mi több, extrém sportokat űzni, ha folyamatosan ellenőrzik a vércukorszintjüket. Annak ellenére, hogy a hegymászótúra is bizonyítja, a szenzoros készülékek előnye vitathatatlanok, a szaktárca által tavaly ősszel beígért szenzorokra, amelyek lehetővé teszik a vércukorszint folyamatos nyomon követését tűszúrás nélkül, több mint fél éve várnak az érintettek. Így jó mélyen a zsebükbe kell nyúlniuk a szülőknek, amennyiben meg szeretnék kímélni kisebb-nagyobb gyerekeiket a napi több tűszúrástól.

Menyhárt Borbála

Ötödszörré vitte kétezer méter fölötti magasságba hegyet mászni a cukorbeteg fiatalokat a Maros megyei egyesület. Június elején egy 25 fős csapat indult a Csalhó-hegységbe, a diabéteszrel élő fiatalokat a rohammentő, valamint a hegyimentő szolgálat képviselői mellett orvos is elkísérte, mi több, a fiatalok között is vannak orvosok, aszisztensek – tudtuk meg Simon Ilonától, az egyesület alelnökétől. Mint mondta, az általuk kezdeményezett, egyedinek számító projekt célja bizonyítani, hogy 1-es típusú diabéteszrel is lehet kétezer méter fölötti magasságokat megcé-

lozni, sziklát mászni, extrém sportokat űzni, azzal a feltétellel, hogy a vércukorszintet folyamatosan ellenőrzik. Be szeretnék bizonyítani, hogy semmi különbség nincs egy cukorbeteg és egy egészséges fiatal között, ha a vércukorszint a megengedett értékek között mozog. A háromnapos hegyi túra idején volt nap, amikor a fiatalok több mint tíz kilométert gyalogoltak, az utolsó napon sziklát másztak, viszont a fizikai erőfeszítés ellenére sem volt gond, ugyanis mindenükönél szenzoros készülékkel követték a vércukorszintet.

– A folyamatos vércukorszintmérés a szenzoros készülékkel rendkívül egyszerű, nem kell megállni,

nem kell kivenni a hátizsákból a készüléket, megszűnik az ujjat, hanem egyszerűen ránéznek a telefonjukra vagy a leolvasóra, és látják az értéket, illetve a tendenciát, hogy emelkedőben vagy csökkenőben van-e a vércukorszint, és szükség van-e beavatkozásra. A klasszikus vércukorszintmérő készülék pillanatnyi értéket mér, nem derülnek ki ezek a tendenciák. A másik fontos szempont, hogy a szenzor riaszt, hangjelzéssel figyelmeztet, ha a vércukorszint kilépett a beállított határértékek közül – mutatott rá a készülék előnyeire az egyesület alelnöke, aki szerint sajnos sok szülőben ma is az a tévhit él, hogy a cukorbeteg gyerekeknek nem szabad



sportolnia, sok esetben felmentik a torna alól, attól tartva, hogy a megérettetés hatására ingadozni kezd a vércukorszintje.

Egyre több a cukorbeteg kislány

Simon Ilona érdeklődésünkre elmondta, az 1-es típusú cukorbetegség már zsenge korban jelentkezhet,

ben év végéig 550 gyerek részesül ingyenes szenzoros készülékben. És bár október-november folyamán a Maros megyei szülők is benyújtották az erre vonatkozó kérvényt, és januárban megérkezett az értesítés Kolozsvár központból – ahová meggyenk is tartozik –, hogy jóváhagyták a dossziékat, a szenzorokra azóta is várnak. Azok, akik december óta nyújtották be a kéréseket, még választ sem kaptak, hogy jóváhagyták-e az iratsomójukat vagy sem. Egykét Maros megyei szülőről van tudomásuk, akiket állítólag értesítettek, hogy mehetnek Kolozsvárra a szenzorokért – tette hozzá az alelnök, aki szerint nincs határidő, ameddig minden igénylő gyerek meg kellene kapja ezeket a készülékeket. És a fogyóanyagok számító szenzor beszerzése bizony nem kis összeggel, akár havi 200-250 euróval is megterhelheti az érintett családok költségvetését.

Simon Ilona szerint azzal magyarázzák a késést, hogy az orvosok nincsenek felkészülve arra, hogy megtanítsák a szülőket a szenzoros készülékek használatára, ellenben az érintettek szerint ez csupán kifogás, ugyanis tulajdonképpen adnak a családoknak egy olyan szenzort, amit legelőször már évek óta használnak. – Mi szülőként rá voltunk kényszerülve, így megtanultuk a használatát, és bárkit, aki betér az egyesülethez, szívesen megtanítunk rá, a táborban is mindig akad egykét fiatal, aki addig még nem használt szenzort, de boldogulnak vele, és amint megtapasztalják az előnyeiket, többé nem mondanak le róla – mutatott rá.



évente több szülő fordul hozzájuk támaszért, miután gyerekeknél felállítják a diagnózist. És sajnos sok esetben egészen kis gyerekekről van szó, legutóbb idén tavasszal egy kétéves szülei keresték fel őket. Az egyesület az a hely, ahol a kétségbeesett szülők bátorításra lelnek, ahol megtanítják őket, mit kell tenniük ebben a helyzetben.

Az állami támogatás várat magára

Amióta adott a lehetőség a vércukorszint tűszúrás nélküli nyomon követésére, sok család – főként ahol kisebb a diabéteszrel diagnosztizált gyerekek – ha nehezen is, de előteremtette a pénzt, hogy beszeresse a költséges szenzoros készüléket.

Simon Ilona kifejtette, tavaly ősszel napvilágot látott egy kormányhatározat, amelynek értelmé-



A cukros üdítőitalok fogyasztása növelheti a rák kockázatát

A British Medical Journal friss számában megjelent tanulmány készítői, a párizsi Sorbonne Egyetem kutatói több mint 100 ezer embert követtek nyomon öt éven át.

Azt tekintették cukros üdítőitalnak, aminek több mint 5 százaléka cukor volt, tehát ide sorolták a gyümölcsleveket (a hozzáadott cukor nélkülieket is), a dobozos, szénsavas üdítőket, az édesített tejtermékeket, az energiatalokat és az olyan teát, kávékat, amibe cukrot kevernek. Megvizsgálták a mesterséges édesítővel készült, úgynevezett zéró kalóriás italokat is, de nem találtak összefüggést a fogyasztásuk és a rák kockázata között. Az eredmények azt mutatták, hogy naponta 100 milliliter cukrozott ital – ami körülbelül heti kétdobozyit jelent – 18 százalékkal emeli a rák kockázatát.

A vizsgált résztvevők körében ezerből 22-nél alakult ki daganat. Ha naponta még 100 millilitert ittak volna, akkor ezer résztvevőnél néggyel több, vagyis 26 rákos eset lett volna a tudósok szerint. A résztvevők közül összesen 2193 embernél alakult ki daganat, 693-an mellrákosok, 291-en prosztatarákosok és 166-an bélrákosok lettek.

Annyi biztos, hogy akik a legtöbb cukros italt itták (mintegy 185 millilitert naponta), azok közül

többen lettek rákosok, mint akik a legkevesebbet (legfeljebb napi 30 millilitert).

Egy lehetséges magyarázat, hogy a cukros italok növelik a rák kockázatát, de az is lehet, hogy a cukros italokat fogyasztóknak más egészségtelen szokásaik is vannak – például a nagyobb só- és kalóriabevitelük –, és az utóbbi fokozza a rák veszélyét, nem a cukros italok. A kutatás nem magyarázza meg, hogy függ össze a cukros italok fogyasztása és a daganat kialakulása, ehhez további tanulmányokra lesz szükség. Az elhízás sok rákfajta komoly rizikófaktora, a túlzott cukorbevitel pedig növeli a túlsúly esélyét. „A cukorfogyasztás miatti hízás szerepet játszhat az összefüggésben, de nem magyarázza meg” – mondta Mathilde Touvier, a kutatás egyik résztvevője.

A Sorbonne tudósai szerint szóba jöhet az üdítő hatására emelkedő vércukorszint, de lehet, hogy egyes vegyi anyagok okolhatók, amelyek például az italok vonzó színét adják. „Tudjuk, hogy a cukros italok növelik a szív- és érrendszeri betegségek, a túlsúly, az elhízás és a cukorbetegség kockázatát. Mi kimutattuk, hogy fogyasztásuk a rák veszélyének fokozódásával is összefügg” – magyarázta Touvier. (MTI)

Keringési rendszeri betegségekben hal meg a legtöbb ember az unióban

Keringési rendszeri betegségekben, elsősorban szívrohamban vagy agyvérzésben hal meg a legtöbb ember az Európai Unióban, a második leggyakoribb halál oka a különféle rákos megbetegedések – írta keddi értékelésében az EU statisztikai hivatala (Eurostat).

A friss jelentés szerint 2016-ban 5,1 millió volt a halálozások száma az EU-ban, mintegy 80 ezerrel kevesebb, mint egy évvel korábban. Közülük 1,7 millióan 75 év alattiak voltak, 1,5 millióan 75 és 85 év közöttiek, 1,9 millióan pedig 85 évnél idősebbek.

Valamivel több mint 1,8 millióan különböző keringési rendszeri betegségekben haltak meg, 1,3 millióan rákban. Előbbi a halálesetek 36 százalékát, utóbbi a 26 százalékát tette ki. A keringési rendszeri betegségek jelentették a legfőbb halál okaikat 24 EU-tagországban, míg Dániában, Franciaországban, Hollandiában és Nagy-Britanniában ez a rák volt.

A vezető halálokok tekintetében a harmadik helyen a légzőszervi megbetegedések álltak, amelyek következtében 422 ezer ember vesztette életét (8 százalék).

Balesetekben és egyéb külső okok miatt 237 ezren (5 százalék) haltak meg, emésztőrendszeri megbetegedésekben 222 ezren (4 százalék), mentális zavarokban – például demenciában – 220 ezren (4 százalék), idegrendszeri betegségekben – például Alzheimer-kórban – pedig 219 ezren (4 százalék).

Az Európai Unióban 100 ezer lakosra átlagosan 1002 halálozás jutott 2016-ban. A legalacsonyabb halálozási arányt Spanyolországban (829), Franciaországban (838), Olaszországban (843), Máltán (882), Luxemburgban (905), valamint Svédországban (913) regisztrálták. A skála másik végén Bulgária (1602), Lettország és Románia (1476), Litvánia (1455) és Magyarország (1425) található. (MTI)

Itt a nyár, grillezzünk!

Ha erdélyi ember grillezésről hall, bizonyára elsőként a miccs jut eszébe. Ami – valljuk be – finom is, tehát megéri rá gondolni, sőt, nemcsak gondolni rá, hanem sütni is megéri. Am mivel lépten-nyomon, minden üzletben, minden húsfeldolgozónál lehet jó minőségű kész miccshúst venni, bizonyára kevesen adják a fejüket arra, hogy otthon elkészítsék. Grillezni viszont nemcsak miccset lehet, sőt, szinte kimeríthetetlen a lehetőségek tárháza. Az alábbi egyszerű, de nagyszerű recepteket mindenkinek ajánljuk: azoknak is, akik a hagyományokat, a klasszikusokat, vagy mondhatjuk a megszokottakat kedvelik, és azoknak is, akik szeretnek újdonságokat kipróbálni, vagy valami csavart vinni a megszokottba. Tartsanak velünk!

Sütő Edith Magdolna

Egyszerű zsványpecsenye (rablólús)

Hozzávalók (4 személyre): 50 dkg disznókaraj vagy -tarja, 15 dkg szalonna, 2-3 közepes hagyma, só, bors.

Elkészítése: A karajt felszeleteljük, majd enyhén kiklopfoljuk. Sóval, borssal ízesítjük, majd kb. 2x2 ujjnyis négyzetekre vágjuk. Hasonlóan feldaraboljuk a vékony szeletekre vágott szalonnát is. A hagymát félbe, majd mindkét felet még négybe vágjuk, és 2-3 réteget egyben hagyva tűzzük a nyársra. Nyársra húzzuk a hozzávalókat tetszés szerinti sorrendben, majd felforrósított grillrácsra vagy tárcsalapon minden oldalukon szép pirosra sütjük. Kenyérrel, mustárral, esetleg uborkasalátával kínáljuk.

Megjegyzés: Ez a rablólús legegyszerűbb változata, de a fenti hozzávalókon kívül még bármi mást is használhatunk. Pl. paprikát, zöldségeket, mint tök, cukkini vagy padlizsán, illetve akár többféle húst is.

Egészben grillezett sertésoldalas

Hozzávalók (4 személyre): 80 dkg –1 kg csontos sertésoldalas, 10 jókora cikk fokhagyma, 1-1 teáskanál durvára tört bors és koriander, 1 evőkanál sós darált paprika, 3 evőkanál szójaszósz, 10 evőkanál olaj, esetleg só.

Elkészítése: A sertésoldalast szépen megformázzuk és megtisztítjuk a fölösleges zsiradéktól. A fűszereket elkeverjük a paprikával, a zúzott fokhagymával, a szójaszósszal meg az olajjal, illetve ha úgy itéljük meg, hogy szükséges, só is teszünk még bele. Az oldalasdarabot jól bekenjük a páccal, majd feltekerjük, és becsomagolva néhány órára hűtőbe tesszük. Végül felforrósított grillrácsra, közepes erősségű parázs fölött, többször átfogatva szép pirosra sütjük. Tetszés szerinti kísérőkkel kínáljuk.

Baconba tekert, grillezett csirkemáj

Hozzávalók (4 személyre): 12 darab csirkemáj, 24 hajszálvékony szelet bacon, bors.

A tálaláshoz: petrezselymes krumpli, paradicsom-uborka saláta.



salátához: 1 nagy kígyóuborka, 1 csokor újhagyma, 5-10 mentalevél, 2 dl tejföl, só, bors, citromlé.

Elkészítése: A húst falatnyi kockákra vágjuk, majd megsózzuk, megborsozzuk, hozzáadjuk a finomra aprított mentát is. Meglocsoljuk két evőkanál olívaolajjal, és jól összefogatjuk. Letakarva hűvös helyre tesszük 3-4 órára. A pácolás után a húsdarabokat nyársra húzzuk, és grillrácsra vagy a sütőben szép pirosra sütjük. Sütőben 220 fokon, 20 percig sima légkeverésen, majd megforgatva a nyársakat 10 perc alatt rápirítunk. A salátához az uborkát legyaluljuk, a hagymát vékony karikákra vágjuk, majd sózzuk, borsozzuk, és összekeverjük a tejföllel. Végül belekeverjük az aprított mentát, illetve ízlés szerint citromlével savanyítjuk.



Elkészítése: A csirkemájat alaposan átöblítjük folyó hideg víz alatt, majd kissé felitatjuk róla a vizet, és mindegyiket kettőbe vágjuk. A félbevágott májdarabokat megszórjuk őrölt borssal, és beletekerjük egy-egy szelet baconbe. Felforrósított grillrácsra néhány perc alatt körbesütjük. Mivel a bacon sós, a májat nem kell külön sózni. Előre elkészített petrezselymes krumplival és zöldségasalátával kínáljuk.

Mentás báránynyárs mentás-tejfölös uborkasalátával

Hozzávalók (4 személyre): 70 dkg nem túl sovány bárányhús (comb, nyak, gerinc), só, bors, 8-10 mentalevél, kevés olívaolaj; a



Borban az egészség, igazság?

Bogdán Emese

A nézetet, miszerint a mérsékelt szeszital-fogyasztás egészséges, sok orvos is osztja, de arról, hogy mennyi tekinthető egészségesnek belőle, és főleg a borból, meglehetősen ellentmondásosak az adatok. Hippokratész utódai, akik a nedvekről szóló tanokon nevelkedtek, az alkoholt bizonyos embertípusoknak kifejezetten erősítőként ajánlották (például a gyenge testalkatú aszténiásoknak). A népi gyógyászatban ez a felfogás a mai napig tartja magát, a lábadozó páciens alkohollal erősítik. Mindennek van némi alapja, ugyanis az alkohol fontos kalóriaforrás (amit jól bizonyítanak a tekintélyes sörhasak), és fokozza az étvágyat. A túlsúly kialakulásában még a mérsékelt alkoholfogyasztás is jelentős szerepet játszik. Aki esténként egy-két üveg sört vagy negyed liter bort elfogyaszt, ne csodálkozzon, hogy súlya folyamatosan gyarapszik, még akkor is, ha ételadagjai visszafogottabbak. Az a tény, hogy az alkohol szinte spirituális jelentőségre tett szert a középkorban és a kora újkorban, a desztilláció feltalálásához vezető alkímiaának köszönhető. Az ősi alkímistaelképzelés, hogy például a bor előállításakor valamilyen magasabb rendű, tiszta szubsztancia keletkezik, a mai napig makacsul tartja magát. Pedig a borban és egyéb szeszitalokban, a jó hatás mellett, sok nem természetes adalék is előfordul (szulfátok, nitrogén, enzimek, szorbinsav),

még ha csak nyomokban is. Erről az ezekre érzékeny, allergiás emberek sokat tudnának mesélni. A klinikai tanulmányok kimutatták, hogy az absztinenseknek rosszabbak az eredményeik, mint a mérsékelt borfogyasztóknak. A mindennapi egy pohárával kapcsolatban gyakran emlegetik Paracelsus híres mondatát, miszerint „a dózistól függ, mi az orvosság és mi a mérég”. De ki mondja meg, mennyi a mérték? A moderált alkoholfogyasztással kapcsolatos nagy felmérésben (NHANES-III) a mértékletes fogyasztást heti fél liter bor-

ban határozták meg. Ezzel szemben egy másik franciaországi teszt eredményei azt igazolják, hogy az átlag francia polgár megissza a napi fél liter borát, s a szívinfarktus, magas vérnyomás mint halálok itt a legtrikább az egész világon. Más tesztek kimutatták, hogy a mérsékelt borfogyasztás stresszoldó, erősíti az érfalak rugalmasságát, segíti a vérkeringést, az emésztést, feloldja a gátlásokat, növeli a jótékony hatású LDL-koleszterint, csökkenti a kártékony hatású HDL-koleszterin szintjét, jó hangulatot teremt. Az elhunytakon végzett vizsgálatok is kimutatták, hogy az alkoholt fogyasztók érrendszerében keve-

sebb a káros arterioszklerotikus érelváltozás. Más tesztek arra utalnak, hogy még sincs érvédő hatása, mivel növeli a vérnyomást és a trigliceridek szintjét. Még ha képes is a szívinfarktus kockázatát 60-70%-kal csökkenteni, a magas vérnyomásban vagy valamilyen szervi szívproblémában szenvedőkre nem hat pozitívan. Egyes kutatások azt is kimutatták, hogy a nők szervezetében biológiai okok miatt kevesebb alkoholt bontó ADH termelődik. Ez az oka annak, hogy jóval több fiatal lány szenved alkoholfogyasztástól, mint fiú. Más tesztek kimutatták, hogy a 40-50 éves korosztályú nők túl sok szeszest italt fogyasztanak. A fiatalok alkoholfogyasztási szokásairól sok vita zajlik, azonban ez a probléma szinte minden korosztályt érint. Valószínűleg minden 3. idős ember túl mélyen néz a pohár fenekére, az anyagcsere lassulásával pedig az alkohol mint idegmeleg jelentősen hozzájárul az időskori polineuropátia és a lábfejen a kellemetlen, égő érzés kialakulásához. De miért beszélünk folyamatosan az alkoholról? A bor talán nem sokkal nemesebb dolog, mint a profán alkohol? Statisztikai, illetve epidemiológiai felmérések újra és újra hangoztatják, hogy a mértékletes borfogyasztók egészsége jobb, és várható élettartamuk is magasabb. Ennek alapján megszületett a következtetés, miszerint a borban van valami, ami nagyon egészséges. Mi tehát a végkövetkeztetés? A megfelelő mennyiség valószínűleg heti negyed-háromnegyed liter bor, ami napra leosztva egy decit tesz ki. Aki betartja a szabályokat, annak egészséget, aki pedig áthágja, annak betegséget jelent.



A pontos időmérő zenéje (2.)

Szilágyi Mihály

A korszak csúcsmínőségű órájával, saját tervezésű és építésű távcsövével Huygens sok érdekességet figyelt meg az égbolton. A Szaturnusz bolygó több titkát sikerült felfedeznie. Már Galileo Galileinek is szemet szűrt 1610-ben, hogy a bolygó rendkívül különös égitest, mert „nincs egyedül” – de az olasz csillagász még nem látta, hogy pontosan milyen „társai” vannak a Szaturnusznak. Huygens 1655-ben már észrevette, hogy a naprendszerben a különös égitestet „körülveszi egy vékony gyűrű, amely egyetlen pontban sem érintkezik a bolygóval, és szöveget zár be az ekliptikával.” Ugyanebben az évben Huygens felfedezte a Szaturnusz legnagyobb holdját, a Titánt.

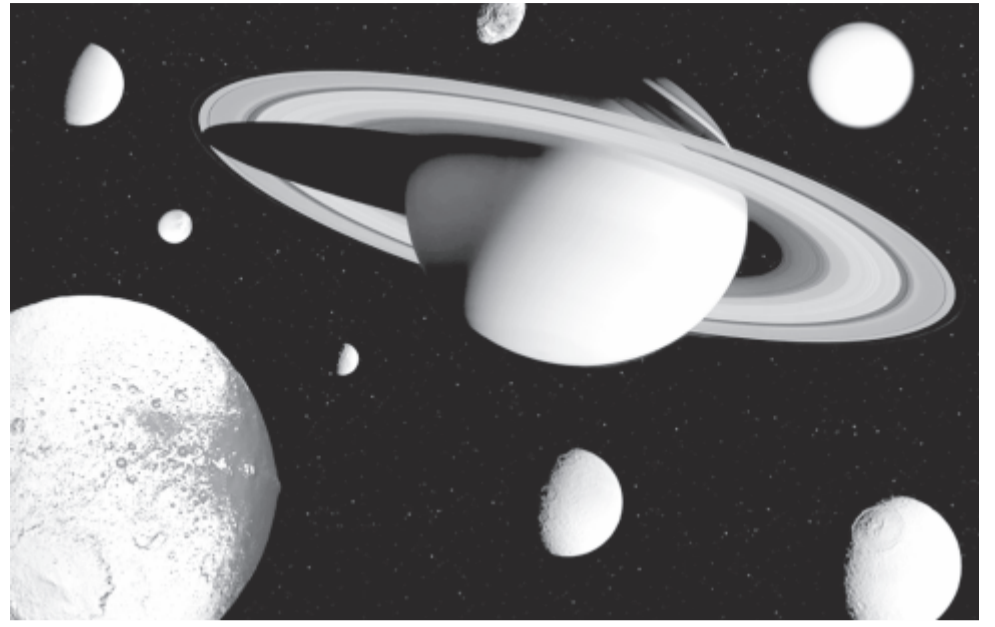
Az 1655-ös év termékenynek bizonyult az égi megfigyelések terén. A téli égbolton Huygens a Földről nézve egy halvány csillagra irányította teleszkópját. A meglepő az volt,

hogy a készülék okulárjában – amit szintén a tudós tervezett – nem egy csillag volt látható, hanem egy furcsa mintázat. Ez a ködös folt nem más, mint az Orion-köd. A rendkívüli csillagászati teljesítményt az jelentette, hogy Huygensnek azt is sikerült megfigyelnie, hogy ebben a távoli felhőben csillagok is vannak.

Ma már tudjuk, hogy a tőlünk 1500-1900 fényévnnyire lévő objektumban csillagok keletkeznek, és a fiatal égi lámpások által gerjesztett fény világítja meg a körülbelül 30 fényév átmérőjű anyagfelhőt. A Napunk tömegének tízezerszeresét kitevő anyagködnek a sűrűsége azonban elképesztően kicsi: milliószor ritkábban fordul elő benne anyag, mint a Földön előállítható vákuumban.

A csillagászati megfigyeléseknek köszönhető a fény terjedési sebességének a mérése is. Igaz, hogy a fény különleges természete ellentmondásos elméletekhez vezetett, de mindezek ellenére a tudósoknak sikerült megmérniük a fény sebességét. Elsőként Olaf

Römer dán csillagász jutott el arra a következtetésre, hogy a fénynek sebessége is lehet. Az ötletet egy megfigyelés adta. A Jupiter holdjainak fogyatkozásait figyelve azt tapasztalta, hogy ha a Jupiter közelebb van hozzánk, hamarabb következik be a holdfogyatkozás, ha pedig az óriásbolygó és a Föld közötti távolság nagyobb, akkor a vártnál később látjuk a holdfogyatkozásokat. Ez a jelenség vezette el Römert arra a megállapításra, hogy a



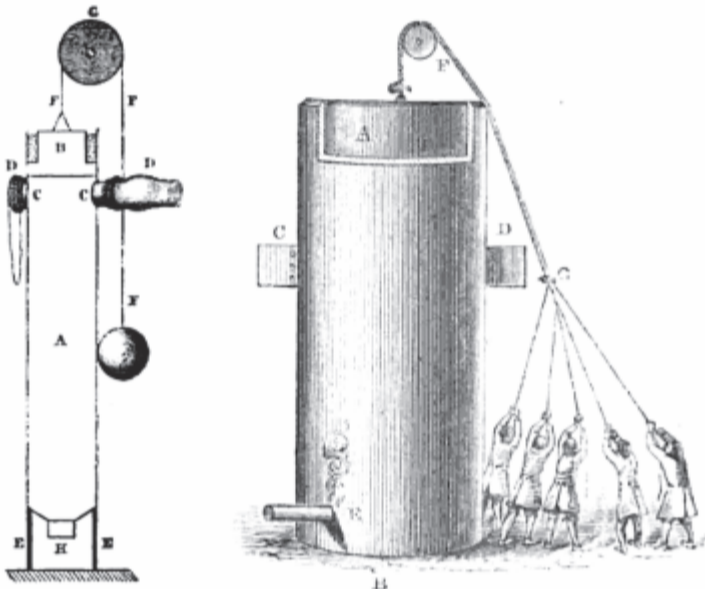
A Szaturnusz és néhány holdja

fénynek sebessége is lehet. Számításai szerint a fény sebességét másodpercenként 226 ezer kilométerre becsülte. E megfigyelési elv alapján Huygensnek sikerült pontosabban megmérnie a fény sebességét, és 300 ezer kilométert mért másodpercenként. Ez az eléggé pontosnak mondható mérés az egyre precízebben működő óraszerkezeteknek is köszönhető. Most már érthető, miért volt annyira fontos Huygens számára az órák tökéletesítése.

Huygens nem csak az égi világ mélységét kutatta. A tudomány legtöbb területén aktív tudós arra is figyelt, hogy az emberiség számára hasznos dolgokat alkosson. Támadt egy remek ötlete, mely szerint a puskaoptort nem csak gyilkolásra lehetne felhasználni, hanem hasznos munkavégzésre is. Az ötlet előzményei közé tartozik, hogy 1665-ben XIV. Lajos francia király meghívta az egyre híresebb holland tudóst, hogy társuljon az épp alapítandó Francia Tudományos Akadémiához. Huygens az akadémia vezetőjévé vált Franciaországban. A versailles-i palota vízproblé-

mákkal küzdött. Az óriási és impozáns épületbe sehogy sem tudtak vizet juttatni, csakis emberi erővel. Ekkor született meg Huygens elméjében a gondolat, hogy a gyilkos port kényszerítsék számára kevésbé hősiesség feladatára, mégpedig vízhozásra.

A holland tudós megtervezte és el is készítette a világ első belsőégésű nevezhető dugattyús szerkezetét, az úgynevezett löporoptort. Ez az elmés eszköz robbanás, majd vákuum segítségével végzett munkát. Az 1678-ban tervezett gépezet meglehetősen nagy erőt fejtett ki. Egy körülbelül 3 méter hosszú, 45 cm átmérőjű hengerben járt egy dugattyú. A henger alján kapott helyet a puskaoptorttal feltölthető kis cső. A robbanás következtében a nagy hengerből hirtelen kiáramlott a forró levegő, majd a fenti szelepek zárultak. A hengerben a hirtelen lehűlés miatt vákuum keletkezett, ami lerántotta a dugattyút. Ez a dugattyú akkora erőt fejtett ki, amely segítségével 7-8 suhancot képes volt fölemelni. Bizonyára ámulatba ejtette a nézőket az 1682-es bemutatón.



A világ első belsőégésű nevezhető dugattyús szerkezete

1.		IDEA	KALIBER AZ EGYIK OLDALRÓL	FÜL (ANGOL)	NUMERO (RÓV.)	LENGYEL FOCISZTÁR	FÉL TÍZI HALÁLOS AFRIKAI VÍRUS	CSELE- KEDET	BASZK TERROR- SZERVEZET (V.)	MELY SZEMÉLY?	FRANCIA FUTBAL- LISTA (RAYMOND)	DERÉKSZÍJ INDUSZTRI- ÁLIS	ANATÉMA	... SASZTRI (INDIAI POLITIKUS)	TASZÍT
Démokritosz ógörög filozófus (i. e. IV–V. sz., az atomizmus híve) egyik szentenciáját idézzük a rejtvény fősoraiban		T													V
	A TANTÁL VEGYJELE		SÉMI NÉP AZ OXIGÉN ÉS A JÓD VEGYJELE				ABESSZIN SZORÍTÓ					SZAMOAI PÉNZ ... ÉS TÁRS- SAI (PETÓFI)			
	KATALÁN ÍRÓ (MIQUEL) KÉSZÍTETT (FRANCIA)			ÜNNEPI SÜ- TEMÉNY TÁMADÁSI PARANCS						CSOMAGOL BÁLNAFOG				GIGA (RÓV.) NÁLA LEN- TEBRŐL	
2.	P	A LAKÁ- SODON	BECÉZETT FERENC KIRÁLYI SZÉK	HAJNALKÓ ELŐTAG: MIRIGY					SZÖGLET HATALMÁBAN TARTÓ					NAGY PÁROS! ZAMAT	
	ÉRDEK- TELEN		...CAPONE (GENGSZTER) OLASZ VÁROS		ANTONOV REP. GÉPE (RÓV.) ALÁ			... BENCE (NYÍRÓ J.) ÓGÖRÖG PIACTÉR			-BAN, -BEN (LATIN) ENYHE INTÉS		ÉPÜLET- SZÁRNY LATIN CSONT		
	BECÉZETT SÁRA		FELBORUL ANGOL RENDEZŐ (PETER)			A TOLSZTOJ MÉRNOKE ROVARPÁN- CÉL ANYAGA						ANYELŐCSŐ RÉSZE ÉDES TERMÉK			
	LENGYEL PÉNZ		TÉL... (FEKETE) REGÉNYE) FR. VÁROS			AL-DUNAI VÁROS MEDINA PARJA						OL. ÉNEKES (BOBBY) DOLGOZIK A MOZDONY			
	ISME		EGYEDÜL (ANGOL) DUBLIN LAKÓJA		NŐI NÉV V. AUTÓPÁLYA FRANCIA ARANY						KÖZLEKE- DÉSI PÁLYA SZINTÉN NE		HARAP OROSZ IGEN		
	JUTTAT VER		...CALVINO (OLASZ ÍRÓ) MAGYAR VÁROS		KUBAI ÍRÓ (LISANDRO) ALKOTÓ- RÉSZ				CSEH AUTÓ- MÁRKA GYÁRTOTT (ANGOL)					RÓMAI 50 A PORCE- LÁN ALAP- ANYAGA	
		RÓMAI KÚT TENGERI RABLO		HANGA EGYEDÜL (ANGOL)					USA-FOCI- KAPUS DÜH					KIPLING KÍ- GYÓJA TROMBITA- HANG	
	RÉGI RÁDIÓ- MÁRKA		FRANCIA RT. NŐI NÉV (SZÉPT. 16.)	...PACINO (SZÍNÉSZ) VOLT (LATIN)	NÉMA NŐKI LONDONI KÉPTÁR			FELTÉVE DESCARTES SZEMÉLY- NEVE			A RÁDIUM VEGYJELE ESZMÉREUTA- LÓ ELŐTAG		ÓSVÉZÉR GABONÁT BETAKARÍT		
	ARÁNY (ANGOL)		RÉGÉSZ ÖRÖME FR. TERÜ- LETMÉRTÉK			MŰV. TÖRT. (NÓRA) NEM (ANGOL)					ROM. LÉGI- TÁRSASÁG SZÜL AZ ÁLLAT				
	RIMSZKI- KORSZAKÓV OPÉRAJA		MOLDOVAI VÁROS SZINTÉN				KARMESTER (ALBERTO) ÜRES RÉSI!					AUTÓVER- SÉNY-FÉLE KETTŐS BETŰ			
	PÁROS VÉTO	ÚJ-GUINEA INDONÉZ NEVE EGYE!			OLIMPIAI SPORTÁG MAGYAR AUTÓJEL					...FITZGE- RALD (ÉNE- KESNŐ) FÉLFA!				IZOMKÓTÓ ÁSÍTÓ- HANG	
L.N.J.															T

Július 11-i rejtvényünk megfejtése: **Csak az emlékezet által vagy mások és magad számára egyazon személy.**

Nyáron sok a segélyhívás

(Folytatás az 1. oldalról)

Ezt követik azok az esetek, amikor gyomorproblémák, hányás-hasmenés miatt szorulnak orvosi segítségre a nyaralók. Az utóbbiak a mediterrán országokba, illetve az Egyiptomba, Tunéziába és Marokkóba utazók körében fordulnak elő a leggyakrabban, a Görögországban nyaralók körében pedig nem ritka a robogóbaleset – közölték. Kiemelték, hogy aki szeszes ital fogyasztása után vezet járművet, annak orvosi kezelését, ellátását nem térítik meg a biztosítók.

Az Europ Assistance Magyarország 2018-ban több mint 103 ezer esetben nyújtott segítséget valamilyen egészségi probléma miatt bajba jutott ügyfeleinek. Tavaly több mint 196 ezer esetben hívták az asszisztenciaszolgáltatót, azaz naponta átlagosan 537 segítségnyújtás történt. Az 1963-ban alapított Europ Assistance a világ 208 országában 750.000 szolgáltatóból álló hálózattal és 37 segélyközponttal rendelkezik. Világszerte 7530 dolgozót foglalkoztat.

Kiterjesztett korhatár idők számára

A turistaidénytől remélt kellemes időtöltést beárnyékolhatják személyi sérülések vagy balesetek, repülőjáratok kiesése, csatlakozások elvesztése. Megtörténhet, hogy egy külföldi magánklinika a romániai egészségbiztosító pénztár által kibocsátott uniós egészségbiztosítási kártya birtokában nem kapják meg a remélt ingyenes egészségügyi ellátást. Ezért ajánlott olyan turistabiztosítást kötni, amely központosított egészségügyi rendszerben működik – tájékoztatott *Kopacz Gábor* biztosítási és kárrendezési tanácsadó. Megtörténhet ugyanis, hogy az uniós egészségbiztosítási kártyát az országhatárokon kívül csak bizonyos településeken, illetve intézményekben fogadják el, ami kellemetlenül érintheti a sürgősségi ellátást igénylőt, főleg, ha egy egészségügyi magánintézmény utólag benyújtja a

számlát. A biztosítótársaságok egészségügyi központokon keresztül működnek, amelyek egy régióra vagy egy kontinensre terjednek ki.

Amint a szakember kiemelte, a sürgősségi beavatkozásokon kívül halálesetnél, súlyos sérüléseknél az elhunyt hazaszállítását is biztosítják, valamint a sérültet elkísérő hozzátartozó külföldi szállodai elszállásolását, illetve a telefonköltségeket is megtérítheti a biztosító. Sok esetben már a poggyászbiztosítást is belefoglalják az ajánlatba, ami a repülőgéppel, de busszal vagy vonattal utazók számára nyújthat biztonságerzetet. Amennyiben a poggyászbiztosítás nincs belefoglalva az alapsomagba, kérésre azt is belefoglalják. A fokozott rizikófaktorral számolva bizonyos korhatár fölött egyes biztosítótársaságok az előző években nem kötöttek utasbiztosítást. Újdonság, hogy a legtöbb biztosítótársaság

kiterjesztette a korhatárt, és 65-70 év fölöttiekkel, sőt, már nyolcvanévesekkel is kötnék utasbiztosítást. A 14 év alattiak útlevéllel utazhatnak külföldre, a kiskorúak utasbiztosítását valamelyik szülő biztosítási szelvényébe foglalják bele, a tizennégy év fölöttieknek pedig lehet saját biztosítást kötni.

– *Milyen árakkal kell számolni?*

– A biztosítási díjak társaságonként változnak, annak függvényében, hogy mekkora összegekre kötnék biztosítást. Példaként egyhetes távollétre egy közepkorú biztosítási alapsomagja 25–30 lejbe kerül, annak függvényében, hogy mit foglalnak bele a biztosításba, illetve mekkora összegre biztosít az ügyfél. A legdrágábbak az Amerikai Egyesült Államokba, Kanadába és Izraelbe való utazásra kötött utasbiztosítások, mivel az adott országok szolgáltatásainak árával számolnak. Az európai országokba tartóknak ajánlott harmincezer eurós értékre utasbiztosítást kötni, a

nyugatabbra utazóknak az ötvétezer eurós összegek ajánlottak. Legkevesebb három napra lehet utasbiztosítást kötni, de ugyanezt köthetik az egyetemisták, a külföldön munkát vállalók, kamionsofőrök, illetve a sportolók is.

– *Mi a teendője a biztosítottak sérülés vagy baleset során?*

– Abban az esetben, ha Európában bárhol balesetet szenvedett egy utasbiztosítással rendelkező személy, azonnal fel kell hívnia a biztosítási szelvényen feltüntetett központi képviselő/asszisztencia telefonszámát, és bejelentenie az esetet, a beavatkozás értékét ők törlesztik. Minden biztosítócégnek van egy kárrendező cége, amely a biztosító nevében rendezi a kárt egy bizonyos régióban, ezért kell tárcsázni a képviselői központ telefonszámát, be kell jelenteni az esetet, és a kapott utasítások szerint eljárni. Sok biztosítócégnek magyar nyelvű asszisztenciája is van.

– *A gépjárművel külföldre utazók számára újdonság a műszaki hiba esetén igényelhető beavatkozás...*

– A gépjárművel utazók biztosításába bele lehet foglalni a közúton történt baleset vagy műszaki hiba esetén igényelhető beavatkozást, ami a járműnek a legközelebbi szervizműhelybe szállítását jelenti. Ennek az opciónak a beavatkozásához azonban a gépjármű műszaki adottságai függvényében bizonyos kritériumoknak kell megfelelni. Tízévesnél idősebb járművek esetében a központi biztosító pár napos elemzése szükséges a jóváhagyáshoz vagy az esetleges elutasításhoz.

– *Külföldre utazás előtt mennyi idővel érdemes felkeresni a biztosítótársaságokat?*

– Az utazás előtti napon elég, ha felkeresik a kirendeltségek valamelyikét, másnapról érvényes ez a típusú utasbiztosítás, amely ügynökökkel, alkuszokkal is megköthető.



Fotó: Nagy Tibor (archív)

Kétszer is lesz rovásírástábor Szovátán

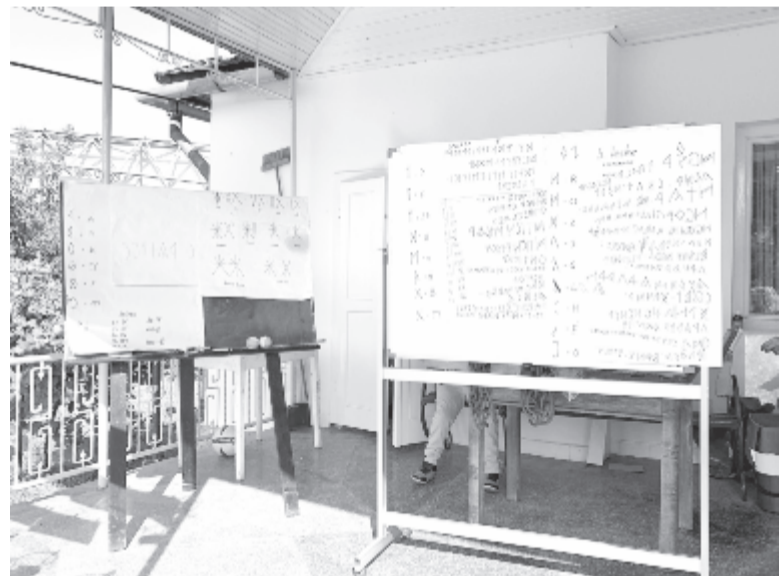
2015 nyarán Szováta Város Önkormányzata egy szülői ötlet által vezérelve, Varga Sándor unitárius lelkész közreműködésével szervezett először rovásírástábort Szovátán.

Az ötlet oly sikeresnek bizonyult, hogy mára már hagyománnyá vált a tábor, és a túljelentkezés miatt idén

két alkalommal is sor kerül rá. A rovásírás művészetét Varga Sándor nyugalmazott lelkésztől sajátíthatják el a táborozó 6–13 év közötti gyermekek. A tiszteletes munkáját tanító nénik és önkéntes fiatalok segítik.

Idén július 15–19-e között zajlik az első tábor, a Domokos Kázmér

Művelődési Házzal szembeni Kovács-ház udvarán. A hétfőtől péntekig tartó tábor színes és játékos programsorozattal várja a nebulókat. Reggel 9 órakor vérpezsdítő, vidám tornával kezdenek, minekutána különböző kézműves-tevékenységeket folytatnak, rövid tanulmányi túrákon vesznek részt,



és természetesen elsajátítják a ránk hagyott ősi magyar kincs, a székelymagyar rovásírás tudományát. A tábor alapelve a játszva, szórakozva tanulás, hiszen „egy pedagógus részéről gyilkosság, ha a vakációt arra használja, hogy tudással tömjé a gyermek fejét. Inkább a szívüket kell jóérzéssel tölteni, hogy tudják, melyik népnek a sarjai, és legyenek büszkéek arra, hogy van egy írásmódunk, amit bár nem használunk, ők megismerhetik és kincsként őrizhetik” – véli Varga Sándor.

A tanulási folyamatot különböző tematikájú előadások tartják, idén az erdőszentgyörgyi származású Kovrig Zoltán ökológus tart izgalmas előadást a természetéről és a madarakról. Nagy népszerűségnek

örvend az agyaggal való ismerkedés és annak felhasználása, formálása, amelynek művészetét Bocskay Vince szovátai szobrászművésztől leshetik el. A tevékenységek mindennap délután 3 óráig tartanak. A tábor utolsó napján, pénteken rövid környékbéli kirándulásra viszik a gyereksereget, este pedig táborújság és a szülőkkel közös sütögetés mellett mutatják be a gyermekek a hét folyamán elsajátított tudást, tapasztalatot.

Az idei táborban 22 kisiskolás vesz részt, a részvételi díj 100 és 150 lej közötti, tartalmazza a tízórait és a meleg ebédet, a kézműves-tevékenységekhez szükséges alapanyagokat, valamint a kirándulás költségeit. A második tábor augusztusban lesz. (közlemény)



LOVÁRZ ÁGOTA GÁLL NOÉMI

HÍRADÓ HÉTKÖZNAPONKÉNT 19⁰⁰ ÓRÁTÓL

all hits radio

atlasfm

106.4 FM

TG. MUREȘ

GREAT MUSIC FOR A GREAT CITY!

AtlasFmMures • atlasfm@kptv.ro

Szolgáltatás – Üzleti ajánlat

A KOVÁCS PÉKSÉG alkalmaz PÉKEKET, PÉKSÜTEMÉNY-KÉSZÍTŐKET és SOFÓROKOT 8 órás munkaprogrammal, előnyös munkabérrrel + étkezési jegyek. Tel. 0744-403-114. (21356)

A KOVÁCS PÉKSÉG BOLTI ELADÓT alkalmaz. Tel. 0736-391-528. (21398)

ALKALMAZUNK RAKTÁROST és SZENDVICSKÉSZÍTŐT. Előnyös munkabér, étkezési jegyek. Tel. 0741-215-738. (21398)

CSATLAKOZZ A PETRY MAROSVÁSÁRHELYI CSAPATÁHOZ! Mosolygós, kedves NŐI és FÉRFI ELADÓKAT keresünk marosvásárhelyi hentesboltjainkba. Szakmai tapasztalat nem szükséges, mindenki betanításban részesül. Jelentkezz önéletrajzzal: cv@petry.ro. Tel: 0733-990-055. (-I)

Nyilvános versenytárgyalás helyiség bérbeadására

A Marosvásárhelyi Orvosi, Gyógyszerészeti, Tudomány- és Technológiai Egyetem (MOGYTTE)
– Marosvásárhely, Gheorghe Marinescu utca 38., Maros megye –
zárt borítékos versenytárgyalást szervez
a marosvásárhelyi Gheorghe Marinescu utca 38. szám alatti C43 épületében helyiség bérbeadására sporttevékenységre, edzőteremnek.
A versenytárgyalás július 30-án 11 órakor lesz a MOGYTTE adminisztratív igazgatóságának épületében, Marosvásárhelyen, a Gh. Marinescu utca 38. szám alatt.
A részvételi feltételek az egyetem honlapján található meg: <http://www.umfst.ro/universitate/directia-administrativa/serviciul-social/licitatie-spatii-inchiriate.html>
Bővebb felvilágosítás a 0265/215-551-es telefonon, 128-as mellék.

Nyilvános versenytárgyalás helyiség bérbeadására

A Marosvásárhelyi Orvosi, Gyógyszerészeti, Tudomány- és Technológiai Egyetem (MOGYTTE)
– Marosvásárhely, Gheorghe Marinescu utca 38., Maros megye –
versenytárgyalást szervez
a marosvásárhelyi Gheorghe Marinescu utca 38. szám alatti Salus Per Aquam rehabilitációs és oktatóközpont épületében helyiség bérbeadására közéleti célra – alkoholmentes üdítőitalok és fast food forgalmazására.
A versenytárgyalás július 29-én 11 órakor lesz a MOGYTTE adminisztratív igazgatóságának épületében, Marosvásárhelyen, a Gh. Marinescu utca 38. szám alatt.
A részvételi feltételek az egyetem honlapján található meg: <http://www.umfst.ro/universitate/directia-administrativa/serviciul-social/licitatie-spatii-inchiriate.html>
Bővebb felvilágosítás a 0265/215-551-es telefonon, 128-as mellék.

A hirdetési rovatban megjelent közlemények, reklámok tartalmáért a hirdetésfeladó vállalja a felelősséget!

ADÁSVÉTEL

ELADÓ családi ház: két szoba, konyha, fürdőszoba, 300 négyzetméteres udvar, garázs, nyári konyha öt gázégővel. Csere is érdekel vidéken vagy garzonlakás Szováta környékén. Tel. 0744-864-515. (3505)

ELADÓ első osztályú, első emeleten levő háromszobás téglá tömbházlakás a régi Tudorban (Bucsin utca). Érdeklődni a 0744-867-496-os telefonszámon. (3504-I)

ELADÓ kemény tűzifa, 140 lej. Tel. 0740-570-753, 0745-793-465. (3536)

FINTAHÁZA – Kisteremében kertes ház eladó: három szoba, konyha, fürdő, garázs, udvar + kert, összesen 9 ár. Érdeklődni a 0747-410-189-es telefonszámon. (3549-I)

ELADÓK 100-160 kg-os nagy fehér disznók. Tel. 0744-882-031. (3553-I)

MINDENFÉLE

AUTOMATA mosógépeket és hűtőszekrényeket javítok. Tel. 0755-825-502. (3511)

ALKALMAZUNK hegesztőt, lakatost. Tel. 0744-572-889. (21373)

TETŐJAVÍTÁS, csatornázás, festés-mázolás, szigetelés, teraszjavítás. Tel. 0759-467-356. (3513)

KÉSZÍTÜNK, szerelünk: külső műanyag redőnyöket, szalagfüggönyöket, harmonikaajtókat. Tel. 0265/218-321, 0744-121-714, 0766-214-586. (1/3230)

MEGEMLÉKEZÉS

Fájó szívvel emlékezünk július 18-án a maroslekenicei születésű marosszentkirályi özv. **TERÉK GYÖRGYNÉRE** szül. Barabás Zsuzsanna halálának 20. évfordulóján. Emlékét őrzi lánya, Annuska és családja. Nyugodjon békében, drága édesanyám! (3515)

Szomorú szívvel emlékezünk július 18-án **SIPOS ISTVÁNRA** halálának 6. évfordulóján. Emléke mindig szívünkben él. Felesége, gyermekei, rokonai és barátai. (3542-I)

A múltba visszanezve valami fáj, valakit keresünk, aki nincs már. Nélküled szomorú az élet, és még most sem hisszük el, hogy többé nem látunk téged. Fájó szívvel emlékezünk július 18-án **id. KOVÁCS ERNŐRE** halálának második évfordulóján. Emléke legyen áldott, nyugalma csendes! Felesége, Anna, gyermekei, Ernő és családja, Ibolya és családja. (3544-I)

Az idő múlik, szállnak az évek, begyógyítja a sebeket, de sohasem hoz feledést szívünkbe. Fájó szívvel emlékezünk július 18-án **INCZE LAJOSRA** halálának 6. évfordulóján.

Emlékét őrzi felesége, két leánya, két veje, három unokája: Kira, Emma-Dóra és Edwárd-Lajos. Nyugodj békében, tata! (3534-I)



Már eltelt egy év. Ma, július 18-a a legszomorúbb nap az életünkben, amikor téged elveszítettünk, drága férjem, édesapa, nagypapa, após, **BUCUR VASILE**. Nincsenek rá szavak elmondani, mennyire hiányzol, és megköszönni mindent, amit értünk tétél. Te óvtál, segítettél, támogattál, erőt adtál. Isten nyugtasson békében! A gyászoló család. (3539-I)



„Ne jöjj el sírva síromig, nem fekszem itt, nem alszom itt. Ezer fűvő szélben lakom, gyémánt vagyok fénylő havon. Éró kalászon nyári napfény, szelíd esőcske őszi estén. Síromnál sírva meg ne állj; nem vagyok ott, nincs is halál.”

Szívünk mély fájdalommal tudatjuk mindazokkal – rokon, jó barát, osztálytárs, jó szomszéd és volt munkatárs –, akik ismerték, szerették és tisztelték, hogy a drága férj, édesapa és imádott nagytata,

DOBAY ISTVÁN

a németországi Marl város lakosa és tisztelt polgára, a marosvásárhelyi Református Kollégium – Bolyai Farkas Líceum X. A osztályának volt diákja, a bukaresti Dinamo Sportklub sportolója – sprintere – és az IPP volt marosvásárhelyi vállalat munkatársa,

életének 82. évében 2019. május 2-án, türelemmel viselt, hosszas betegsége és szenvedése után hirtelen elhalálozott.

Drága halottunk búcsúztatójára a marosvásárhelyi katolikus temető alsó kápolnájában, majd ezt követően a családi sírhelyben való elhelyezésére 2019. július 20-án 11 órakor kerül sor.

Nyugodjon békében! Emléke legyen áldott!

A gyászoló család. (sz.-I)

ELHALÁLOZÁS

Mély fájdalommal tudatjuk, hogy **SZATHMÁRI GYÖNGYI** szeretett feleség, édesanya, testvér és nagymama, életének 54. évében 2019. július 16-án elhunyt. Búcsúztatása július 19-én 11 órakor lesz a Vili temetkezési vállalatnál, majd a temetése 12.30 órakor a hagymásbodoni temetőben, református szertartás szerint.

A gyászoló család. (sz.-I)

Szomorú szívvel tudatjuk, hogy szeretett nővérünk, **SZATHMÁRI GYÖNGYI** szerető szíve július 16-án fájdalmas szenvedés után megszűnt dobogni. Nyugodj békében, drága Gyöngyi!

Búcsúznak tőle bánatos húgai, Melinda és Kinga, családjukkal együtt. (sz.-I)

RÉSZVÉTNYLIVÁNÍTÁS

Őszinte részvétünket és együttérzésünket fejezzük ki Tóth Enikőnek szeretett **ÉDES-ANYJA** elhunytá alkalmából. Nyugodjon békében! Fájdalmatokban osztozunk! Vigasztalódást az egész családnak! Andi, Imit, Levi Pécsről. (-I)

„Nem múlnak ők el, kik szívünkben élnek, Hiába szállnak árnyak, álmok, évek...”
Őszinte részvétünket és együttérzésünket fejezzük ki Csergő Évának és Csergő Lászlónak szeretett **ÉDESANYJUK** elhunytá alkalmából. Nyugodjon békében! Fájdalmatokban osztozunk! Vigasztalódást az egész családnak! Andi, Imit, Levi Pécsről. (-I)

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

Köszönetet mondunk mindenkinek, aki drága halottunk, **ÁGOSTON KÁROLY** temetésén részt vett, fájdalmunkban osztozott és sírjára virágot helyezett. A gyászoló család. (3522-I)

 DIMITRIE CANTEMIR POSZTLICEÁLIS ISKOLA A 2009. december 18-i 6207-es számú miniszteri rendelettel akkreditált tanintézet		
SZAKKÉPESÍTÉS	ÉVI TANDÍJ	KEDVEZMÉNYEK A KÉPZÉSEK RÉSZTVEVŐINEK
ÁLTALÁNOS ORVOSI ASSZISZTENS nappali 3 éves	2.800 lej 6 részletben, az elsőt (550 lej) a beiratkozáskor kell kifizetni, a 2-6. részletet (egyenként 450 lej) a beiratkozási kérvény (típusnyomtatvány) alapján	<ul style="list-style-type: none"> A nehéz anyagi helyzetben lévő diákok a 2. részlettől kezdődően kérhetik a tandíj részleges/teljes eltörlését (bővebb felvilágosítás a titkárságon). Szálláslehetőség diákbentlakásban, minden szobában számított szolgáltatásokkal (fűtés, meleg és hideg víz, villanyáram), internet, kábeltelevízió. A képzések multimédiás rendszerben zajlanak, a diákokra összpontosító interaktív módszerekkel. Az előadások tananyagát közzéteszik az iskola honlapján. Allandó bejárás a Serafim Duicu könyvtárba, hozzáférés az adatbázisához és az internethez. Szaktermek Modern laboratóriumok Osztályterem oktatásra
GYÓGY-SZERÉSZ-ASSZISZTENS nappali 3 éves	2.800 lej 6 részletben, az elsőt (550 lej) a beiratkozáskor kell kifizetni, a 2-6. részletet (egyenként 450 lej) a beiratkozási kérvény (típusnyomtatvány) alapján	PARTNERKAPCSOLATOK <ul style="list-style-type: none"> Szerződéses együttműködés a Maros Megyei Sürgősségi Kórházzal és a Megyei Klinikai Kórházzal az egészségügyi, gyógyszerészképzésben (klinikai szakgyakorlat) az országos normáknak megfelelően. Együttműködési szerződések és protokollok gyógyszerterápiai egységekkel, gyógyszergyárakkal, laborokkal és gyógyszerlerakatokkal a szakmai gyakorlat biztosítása céljából. Oktatási együttműködés a Maros Megyei Sürgősségi Szolgálattal Orvosi magánrendelőkkal Idősothtonokkal
Beiratkozás: 2019. július 8–26. és szepember 2–13. között, 10-től 17 óráig, hétfőtől péntekig a Dimitrie Cantemir Posztliceális Iskola titkárságán, a Bodoni Sándor utca 3-5. szám alatt	A BEIRATKOZÁSHOZ/ TÖRZSKÖNYVEZÉSHEZ SZÜKSÉGES IRATOK Iratok eredeti példányban: – a középiskola elvégzését igazoló okirat – érettségi oklevél – az érettségi oklevelet helyettesítő igazolás (2019-es évfolyam) – születési bizonyítvány, (esetenként) házasságlevél, személyazonossági igazolvány – orvosi igazolás a családorvostól, amely igazolja, hogy a jelentkező egészséges (clinic sănătos), és alkalmas az egészségügyi asszisztensi szakma gyakorlására. Az orvosi igazolást minden tanév elején be kell nyújtani. A fénymásolatokat a beiratkozáskor készítik el az eredeti iratok alapján, amelyeket visszaadnak. A beiratkozási díj 150 lej (a díj befizetése alól mentesülnek a gyakorló pedagógusok gyermekei, erről a szülők tanintézményében kiadott igazolást kell bemutatni). A diákok törzskönyvezése a beiratkozással egy időben történik, és ekkor kell kifizetni a tandíj első részletét is.	BŐVEBB FELVILÁGOSÍTÁS: Dimitrie Cantemir Posztliceális Iskola, Marosvásárhely, Bodoni Sándor u. 3-5. szám. Tel/fax: 0365/401-129 www.scoalacantemir.ro

A posztliceális képzésre a középiskolát elvégzett diákok iratkozhatnak be érettségi diplomával vagy anélkül.

 NE CSAK DIÁK LÉGY, LÉGY ERASMUS+-OS DIÁK 		
A Dimitrie Cantemir Posztliceális Iskola 2016-tól kezdődően Erasmus+ programokat kínál, amelyek keretében az általános orvosi asszisztens képzés diákjai 19 napos szakmai gyakorlaton vehetnek részt európai országok egészségügyi intézményeiben a szakmai, kulturális és nyelvi versenyképesség növelése érdekében. A Nursing transcultural program az általános orvosi asszisztens szak 42 másod- és harmadéves diákját célozza, akiknek lehetőségük lesz szakmai gyakorlaton részt venni Olaszországban a campobassói A. Cardarelli kórházban, Spanyolországban a granadai UED Los Tulipanes központjában, Németországban a hattersheimi idősothtonban (Senirenresidentz), illetve Ausztriában a bécsi Allgemeines Krankenhausban.		
ERASMUS+ program 2016–2017-es tanév „Gyakorlati szakmai képzés leendő általános orvosi asszisztenseknek sürgősségi esetekre az európai normáknak megfelelően” 20 harmadéves diák szakmai gyakorlaton vett részt az olaszországi campobassói A. Cardarelli kórházban.	ERASMUS+ program 2017–2018-as tanév „Európai készségek az ápolási és kivizsgálási módszerek terén” 40 másod- és harmadéves diák szakmai gyakorlaton vett részt az olaszországi campobassói A. Cardarelli kórházban, valamint a spanyolországi granadai UED Los Tulipanes központban.	ERASMUS + program 2018–2019-es tanév „Gondozzuk emberségesen és hozzáértően nagyszüleinket – transzeurópai geriátriai (idősgyógyászati) egészségügyi nevelés” 40 másod- és harmadéves diák 19 napos szakmai gyakorlaton vett részt az olaszországi campobassói A. Cardarelli kórházban, a spanyolországi granadai UED Los Tulipanes központban, valamint a németországi hattersheimi idősothtonban.

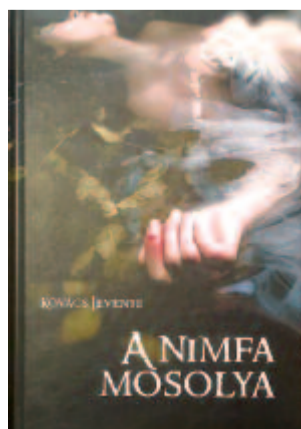
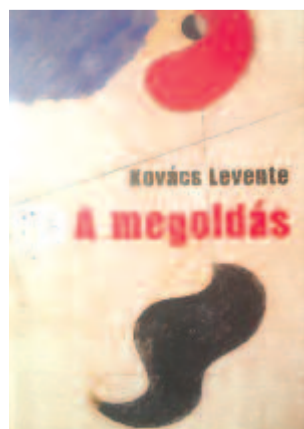
Vakációs könyvajánló

Eljött a nyaralások ideje, amikor a vízparti napozások alkalmával talán több idő és kedv akad az olvasásra. Az uborkaszézonban ez hasznos és élvezetes időtöltés lehet. Ebből az alkalmából felhívjuk a figyelmet Kovács Levente három regényére, melyeket még meg lehet vásárolni a Gutenberg könyvesüzletekben. Az **És jött az Aranykor**ban a kommunizmus idején zajló, a kultúrába, a családi életbe, akár a szexuális kapcsolatokba is befurakodó manipulációk gyakran tragikus fejleményeit lehet követni. **A megoldás** című regény a terrorizmus bizonyos torzulásaiból, a maffia és a prostitúció összefonódásából kikerekedő izgalmas és kalandos történet, **A nimfa mosolya** a fantasy világába visz, egy lehetséges párhuzamos dimenzió és a földi életünk közötti kapcsolat felvételének eshetőségeit vizsgáló izgalmas kalandregény.

Gutenberg könyvesbolt:

Marosvásárhely, Rózsák tere 57. szám, telefon: 0752-032-950

www.gutenbergkonyvesboltmarosvasarhely.ro



ELADÓ

INGATLAN
Nyarádszeredában

2500 nm udvar,
két épülettel, 500 nm
elülettel!

Tel.0745658585



Marosvásárhelyi **96 FM**
Rádió **106,8 FM**
Románia **1323 AM**
www.marosvasarhelyiradio.ro