Maros megye legolvasottabb napilapja!

NÉPÚJSÁG

2022. január 30., csütörtök
LXXII. évfolyam
11. (20401.) sz.
Ára: 3 lej
(előfizetőknek 1,43 lej)

KÖZÉLETI NAPILAP

Az átlagnál tízszer többen pályáztak és nyertek

Jó évet remélnek

Négy iskola korszerűsítésébe kezdtek a községben

Amikor a tavalyi éves költségvetés-tervezetet meglátták, az is kérdéses volt, hogy egyáltalán működni tud-e az önkormányzat. Ennek ellenére infrastrukturális fejlesztésekre is tudtak pénzt fordítani, és gazdasági fellendülésre is számítanak – mondta el Benedekfi Csaba, **Székelybere polgármestere.**

Gligor Róbert László

Örömmel újságolta el a községgazda, hogy tavaly sikerült befejezni a Kendő és Márkod közötti útszakasz aszfaltozását, és átadni az utat a forgalomnak. A beruházást teljesen a saját költségvetéséből fedezte az önkormányzat, ezt egy többéves takarékoskodás előzte meg. A két település közötti mintegy 1,5 kilométeres szakasz korszerűsítése során nemcsak az úttestet aszfaltozták, hanem átereszeket építettek és betonozott sáncokat alakítottak ki. A munkálat összértéke közel egymillió lej volt. A kivitelezés nagyon jól sikerült, az alig több mint száz lakosú településen elégedettek az eredménnyel. Miután két éve a többi félreeső településre is aszfaltút épült a kormány országos helyi fejlesztési programja (PNDL) révén, ma mindenhová el lehet jutni aszfaltúton a községben.

(Folytatás a 4. oldalon)

Lehet, hogy túléled, de az is lehet, hogy nem

Négy lehetőség áll azok előtt, akik úgy döntenek, kipróbálnak valamiféle tudatmódosító szert, csak az a gond, hogy nem tudhatják előre, melyik utat fogják majd bejárni. Az is lehet, hogy segítséggel és kemény munkával sikerül leállni, de az is benne van a pakliban, hogy esetleg nem élik túl – mutatott rá a múlt hét végén Marosvásárhelyen tartott előadásában Kalóz János pszichológus, addiktológus…

5.

Hiteles, pontos információkkal segítik a családokat

Autista gyereket nevelő szülők számára tartanak tréninget februárban Marosvásárhelyen a magyarországi Mars Alapítvány szakemberei. Az autizmus diagnózis után rengeteg kérdés merül fel a családban, számos olyan helyzet adódik, amivel a szülő nem tud mit kezdeni, ezért fontos, hogy a területen jártas szakemberektől szerezzen pontos, megbízható információkat.

7.

A Parkinson-kór már az ember születése előtt elkezdődhet

A Parkinson-kór eredete a születés előttre vezethető vissza azoknál az embereknél, akiknél 50 éves koruk előtt fejlődik ki a degeneratív idegrendszeri betegség amerikai kutatók tanulmánya szerint.

8.

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 pupillatágítás nélkül, távolsági fotózással)
- kötelező éves szemvizsgálatok cégek részére
- korszerű számítógép-vezérlésű japán NIDEK gépekkel bármilyen kerettípusba 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

„Színes” demokrácia

Mózes Edith

„Nagyon örülök annak, hogy Romániában élő demokrácia van, amely egy ilyen szép napon is megnyilvánult, mint a mai. Egyáltalán nem zavart (hogy kifütyültek, sz. m.), minden románnak joga van a véleményéhez” – mondta Iohannis január 24-én, amikor Jászvásáron a román fejedelemségek egyesülésének ünnepén összegyűlt tömegből időnként pfujolás, füttyögetés hallatszott. A tüntetők a szónoklatok között „Autópályát akarunk!” skandálással tették nyilvánvalóvá, hogy nem politikai szólamokat várnak, hanem az ország legelmaradottabb részének fejlesztését sürgetik.

Az ünnepségen jelen levő Ludovic Orban miniszterelnök sem járt különben. A hallgatóság ugyanúgy kifütyülte őt is, mint az elnököt. Ám ő úgy magyarázta, hogy ezzel „színesebb légkört” teremtettek az eseményhez. Persze sietett megjegyezni, hogy a tömegben agitátorok is voltak, köztük futballcsapatok szurkolói, és – bár nem mondta ki egyenesen –, érteni lehetett, hogy tuti, hogy pészédés felbujtásra cselekedtek a hurrogók, és csak akkor tapsolták meg a politikusokat, amikor a Bukarest–Jászvásár autópálya építéséről és Moldva felzárkóztatásáról beszéltek.

Beszédében Iohannis párhuzamot vont az 1859-es történelmi esemény és a Románia előtt álló mai kihívások között, rámutatva: ma is az ország modernizálása a tét. Hallgatóságának egy része azt sem vette jó néven, hogy Iohannis ez alkalommal is a tavaly őszig

(Folytatás a 3. oldalon)

JANUÁR

30., csütörtök

A Nap kel
7 óra 49 perckor,
lenyugszik
17 óra 23 perckor.
Az év 30. napja,
hátravan 336 nap.

Isten éltessen!

Ma **MARTINA**, holnap **RAJMUND** és **ZELMA** napja.
RAJMUND: germán eredetű, jelentése: isteni tanács, döntés + védelem.

IDŐJÁRÁS

Havazás lehetséges

Hőmérséklet:
max. 4ºC
min. -1ºC

VALUTAÁRFOLYAM
BNR – 2020. január 29.

1 EUR	4,7769
1 USD	4,3418
100 HUF	1,4149
1 g ARANY	219,3158

Megyei hírek

Kigyúlt egy busz Marosvásárhelyen

Kedden, nem sokkal éjfél előtt lángra kapott egy autóbusz Marosvásárhelyen, a Szabadság – Alsógát utca környékén. A tűzoltóság szóvivője, Dan Petru Daniel szerint a busz motorterében keletkezett tüzet üzemanyag-szivárgás okozta. A helyszínre érkező tűzoltóknak sikerült megakadályozni, hogy a lángok a közelben parkoló járművekre átterjedjenek. Személyi sérülés nem történt. Idén másodszor gyulladt ki és vált használhatatlanná a közszállítási vállalat valamelyik járműve.

Medvenap az állatkertben

Február 2-án, vasárnap 11–13 óra között a marosvásárhelyi állatkertben megtartják a hagyományossá vált, időjóslással egybekötött medvenapot. A népi hiedelem szerint ha ezen a napon jó idő van, és a medve meglátja az árnyékát, hosszú lesz még a tél, ha borús az idő, és az árnyék nem látszik, közeledik a tavasz. A marosvásárhelyi állatkertben a közös időjóslás mellett számos érdekességet lehet megtudni a medvékről, illetve mézkóstolás is lesz. A szervezők arra kérik a gyermekeket, hozzák el a rendezvényre kedvenc plüssmackójukat, hogy egy csoportképen megörökíthessék.

Bibliás délelőtt Csíksomlyón

A Katolikus Magyar Bibliatársulat bibliás délelőttöt szervez február elsején, szombaton 10–13 óra között Csíksomlyón, a Jakab Antal Tanulmányi Házban Mire való az eucharisztia? Eucharisztikus közösség tegnap, ma és holnap címmel. Előadó Bodor Attila teológiai tanár. Bejelentkezni a 0745-311-855-ös telefonszámon vagy a szbetti07@gmail.com e-mail-címen lehet.

EME-szakosztályi közgyűlés

Az Erdélyi Múzeum-Egyesület Orvos- és Gyógyszerésztudományi Szakosztálya február 9-én 11 órakor tartja évi közgyűlését a marosvásárhelyi Vártemplom Gótikus termében. A közgyűlésre a szakosztály minden tagját szeretettel várják.

A Csángor Marosvásárhelyen

Az Udvarhely Néptáncműhely Csángor című, Demeter Ferencz Csángor királyfi meséje nyomán készült legújabb táncszínházi előadását mutatja be január 31-én, pénteken 13 órakor a Maros Művészegyüttes kövesdombi székházában. Jegyfoglalás és bővebb tájékoztatás a 0746-017-850-es vagy a 0753-277-155-ös telefonszámokon.

Restaurálásra váró könyvek

Január 31-ig tekinthetők meg a Teleki Tékában nyílt kiállításon azok a kiemelt könyvek, kéziratok, amelyek restaurálásához 2020-ban adománnyal lehet hozzájárulni.

Kulcsár Béla-emlékkiállítás a várban

A Maros Megyei Múzeum Kulcsár Béla – 90 éve született című tárlata március 15-ig a múzeum várbeli kiállítótermében látogatható. Az emlékkiállítást tavaly decemberben a Kultúrpalotában nyitották meg.

Közúti baleset Nyárádtőn

Szerda reggel Nyárádtőn egy személygépkocsi egy hídfőnek ütközött. A balesetben egy 30 éves nő súlyosan megsérült, a helyszínről egy rohammentős alakulat szállította el – tájékoztatott a Maros megyei katasztrófavédelmi felügyelőség. A környéken körülbelül egy órára lezárták a forgalmat.

Hírszerkesztő: Nagy Székely Ildikó

Jelentkezőket vár az erdőszentgyörgyi Százfonat egyesület

Fotó: Nagy Tibor

2010-ben jött létre az erdőszentgyörgyi Százfonat Szociokulturális Egyesület a néptánckultúra, a néphagyományok megőrzésének céljával. Amint korábban írtunk róla, 2018-ban a LEADER-en keresztül 15.600 euró értékben nyertek pályázatot, amiből két szövőszéket vettek a hozzájuk tartozó felszereléssel, ezenkívül agyagégető kemencét és a korongozáshoz szükséges eszközöket is. Ebből a pénzből egy fúvószenekar létrehozásához szükséges 16 hangszert is vásárolhattak, így várják az újabb jelentkezőket a tanfolyamokra.

Két hete beindult az agyagozótanfolyam, amelyet Szász Judit sóváradi népművész oktat. Elkészültek az első munkák, amelyeket még szárítanak, és ezután égetik ki, így ezzel felavatják a kemencét is. Ezzel egy időben bőrdíszműves-oktatást is tartanak. Szövésre az erdőszentgyörgyi Szőcs Ilona tanítja meg az érdeklődőket. Egyelőre ki kell cserélni a pályázaton vásárolt szövőszék bordáját, ha ez sikerül, várják az érdeklődőket. Február első két hétvégéjén folytatódnak a tevékenységek.

Hamarosan beindítják a fúvóshangszer-oktatást is. Eddig heten jelentkeztek. Ahhoz, hogy egy zenekar összeálljon, minimum 10 személyre lenne szükség. Várják tehát a további jelentkezőket nemcsak Erdőszentgyörgyről, hanem a környékbeli településekről is.

Az egyesületnél megalakulása óta foglalkoznak néptáncoktatással. Jelenleg heti több alkalommal – óvodáskorúaktól felnőttekig – több mint százan járnak a tanfolyamra. A felnőtteket Tőkés Loránd unitárius lelkész, a kisebbeket pedig Ambrus Emese tanítónő oktatja.

Folyamatban van a közösségi terem felújítása, majd rendbe teszik az egyesületnek szánt termeket is, ahol korszerű körülmények között lehet részt venni a szabadidős foglalkozásokon. Jelentkezni, érdeklődni Ambrus Emesénél, az egyesület elnökénél lehet a 0744-274-601-es telefonszámon *(vajda)*

Sorsoltunk

Az idei év első nyereménysorsolásán a Bernády Házban 54 olvasónk vett részt.

A Hűséges előfizető nyereményjátékra Marosvásárhelyről 283 levél érkezett, vidékről 75. A két vidéki nyertes: *Dósa Mária* hármasfalui és *Szente Anna* nyárádmagyarósi előfizetőnk. Marosvásárhelyi nyerteseink: a jelen lévő rangidős *Korch Pál*, *Veress Zoltán Róbert* (Lămâiţei u.), *Incze Péter* (Kárpátok sétány) és *Lengyel Izabella* (Pandúrok útja).

A 100 lej értékű Hűségtombola díj nyertese *Kozma Katalin* előfizetőnk.

A nyeremények átvehetők hétfőtől péntekig 8–14 óra között a szerkesztőségben, az 57-es irodában, telefon: 0742-828-647. *(B. E.)*

A marosvásárhelyi APICOLA KFT. méhésztanfolyamot indít tagjainak a székhelyén, Marosvásárhelyen, az 1918. December 1. út 35. szám alatt.

Január 30-án, ma 17 órakor lesz a megnyitó, a tematika: a méhcsaládok előkészítése a tavaszi hordásra, előadók Vasile Bota mérnök és Mândru Aurel közgazdász. A következő előadás február 6-án lesz.

RENDEZVÉNYEK

Isten oltó-kése – Márton Ildikó fotókiállítása

Rendhagyó fotókiállítás nyílik január 30-án, ma 17 órakor a Bernády Ház emeleti galériájában. A kiváló fotóművészként ismert Márton Ildikó Hargita megyei műemlékvédő, műépítész, számos hazai és nemzetközi fotós díj birtokosa ezúttal különleges képekkel áll a marosvásárhelyi közönség elé. A Corvina Kiadó Isten oltó-kése című kötetébe válogatott fotóinak felnagyított mását mutatja be. A szép kiadvány alcíme: 33 magyar vers Istenről, hitről az Ómagyar Mária-siralomtól Pilinszky Jánosig. Ezekhez társulnak a kiállító erdélyi templomokról, tájakról, épületekről készült felvételei. Méltató: Nagy Miklós Kund művészeti író.

Kettős könyvbemutató

Február 6-án, csütörtökön 18 órakor a marosvásárhelyi Bolyai téri unitárius egyházközség tanácstermében a csíkszeredai Pro-Print Kiadó két kötetével ismerkedhetnek meg az érdeklődők. Farkas Péter, Oláh Gál-Róbert A leghíresebb helyettes tanár – Szász Károly című könyvét Szabó András mérnök, bolyais véndiák mutatja be. Ugyanekkor Oláh-Gál Róbert Arany János és erdélyi barátai című kötete is bemutatásra kerül.

NÉPÚJSÁG
ÖNÁLLÓ MAROS MEGYEI NAPILAP
Kiadja az IMPRESS KFT.
FŐSZERKESZTŐ: Karácsonyi Zsigmond
LAPSZERKESZTŐK: Antalfi Imola, Benedek István

MUNKATÁRSAK: Antalfi Imola, Bodolai Gyöngyi, Farczádi Attila, Menyhárt Borbála, Mezey Sarolta, Mózes Edith, Kaáli Nagy Botond, Nagy Miklós Kund, Nagy Székely Ildikó, Nagy Tibor (fotó), Szer Pálosy Piroska, Vajda György. **KORREKTÚRA:** Horváth Éva, Kiss Éva.
TÖRDELÉS: Makkai Katalin, Makkai Melánia, Vajda Gyöngyi.
FŐKÖNYVELŐ: Nagy Melinda. **REKLÁMMENEDZSER:** Borbély Ernő – **e-mail:** reklam@e-nepujsag.ro, tel. 0742-828-647.
REKLÁM-LAPTERJESZTÉS: Madaras Éva Adrienn, tel/fax: 00-40-(0)265-268-854. **APRÓHIRDETÉS:** Petres Emília.
SZERKESZTŐSÉG: 540015 Marosvásárhely, Dózsa György út 9. szám, II. emelet. **Internet:** www.e-nepujsag.ro **E-mail:** nepujsag@e-nepujsag.ro
Telefon: titkárság: 0265/266-780 és tel/fax: 0265/266-270, közönségszolgálat: 0365/410-440, 0265/266-780. **Nyomda:** Palatino.
A szerkesztőség véleménye nem feltétlenül azonos a szerzők véleményével.
Előfizetés a postahivatalokban, postásoknál és a szerkesztőségben, tel.: 0742-828-647.
Hirdetési irodánk nyitvatartási rendje: hétfő, kedd, szerda, csütörtök: 8-16 óra, péntek: 8-15 óra, szombat zárva, vasárnap: 10.30-14.30 óra között.

6423578000069
ISSN 1220–3475 (print);
ISSN 1584–3238 (online)

Holokauszt-emléknap – Német államfő: visszatértek a múlt gonosz szellemei

Visszatértek a múlt gonosz szellemei, és új ruhát öltöttek, népnemzeti, autoriter eszméiket vízióként, a jelenkor gondjainak jobb megoldásaként mutatják be – jelentette ki a német államfő szerdán a szövetségi parlamentben (Bundestag) a holokauszt áldozatainak nemzetközi emléknapja alkalmából tartott ülésén.

Frank-Walter Steinmeier a képviselők, valamint a kormányfő és az alkotmánybíróság elnöke – Angela Merkel és Andreas Vosskuhle – részvételével tartott ünnepségen kiemelte: nem attól kell tartani, hogy a németek nem tanultak volna a múltjukból, hanem inkább attól, hogy „jobban értjük a múltunkat, mint a jelenünket".

Németországot így felkészületlenül éri az új ruhát öltő régi gonosz szellemek, a nacionalizmus, az antiszemitizmus és a rasszizmus felbukkanása a jelenben, pedig ez olyan próbatétel, amelyet a történelem és a holokauszt áldozatai és túlélői iránti felelősség miatt mindenképp ki kell állni.

Az emlékülés másik szónoka, *Reuven Rivlin* izraeli államfő hangsúlyozta, hogy Németország nem vallhat kudarcot a populizmus által veszélyeztetett nemzetközi liberális értékek védelmében. Mint mondta, az egész világ Németországra figyel, mert ha ott nem sikerül megvédeni ezen értékeket, akkor sehol sem sikerülhet.

Ha a zsidók nem élhetnek szabadon, félelem nélkül abban az országban, ahonnan elindult a zsidó holokauszt, akkor sehol máshol nem tudnak majd félelem nélkül élni – húzta alá az izraeli államfő. Hozzátette, hogy Németország a klímaváltozás elleni küzdelemben és a menekültek befogadásában is vezető szerepet vállalt, Izrael pedig partnerként viszonyul hozzá, és tisztelettel és nagyrabecsüléssel tekint őszinte erőfeszítéseire, amelyekkel az „Endlösung" – végső megoldás, a zsidók iparszerű irtása – kidolgozásának országából a liberális értékek védelmezőjévé és az antiszemitizmus, rasszizmus és idegengyűlölet elleni nemzetközi küzdelem egyik vezetőjévé vált.

„Azt kívánom, hogy Németország polgárai és kormánya a következő évtizedekben is harcoljon a gyűlölet és az uszítás ellen, és a történelmi felelősségvállalás, a mérsékelt politika és a tolerancia példája legyen" – mondta Reuven Rivlin, aki a 2010-es emlékülés szónoka, Simon Peresz után a második izraeli elnök, aki felszólalt a Bundestagban a holokauszt nemzetközi emléknapja alkalmából.

Reuven Rivlin egy sor konkrét, aktuális ügyről is beszélt. Hazája és Irán viszonyáról szólva hangsúlyozta, hogy Izrael nem harcol az iráni nép ellen, éppen ellenkezőleg, mély kapcsolatok fűzik össze a két népet, és Izraelben számottevő iráni származású közösség él. Azonban nem lehet nem tudomást venni az Izrael határai mentén tevékenykedő terrorszervezetekről – mondta, leszögezve, hogy Izrael meg tudja védeni magát, és nem riad vissza az erő használatától.

Arról is szólt, hogy Donald Trump amerikai elnök új közelkeleti béketerve lehetőséget kínál az évek óta megrekedt békefolyamat beindítására. Azonban az izraeli-palesztin párbeszéd felújításához előbb újra kell építeni a felek közötti bizalmat, és ebben Németország közvetítőként sokat segíthetne – mondta az izraeli államfő.

A Bundestagban 24. alkalommal tartottak emlékülést a nemzetiszocializmus áldozatainak tiszteletére.

Megbeszélés az EU jövőjéről

A három legnagyobb uniós intézmény elnöke csütörtökön Bazoches-ban találkozik, hogy megvitassák az EU jövőjét és a jelenlegi geopolitikai kihívásokat.

David Sassoli, az Európai Parlament elnöke, Charles Michel, az Európai Tanács elnöke és Ursula von der Leyen, az Európai Bizottság elnöke az európai integráció szimbolikus helyén, a franciaországi Bazoches-sur-Guyonne-ban levő Jean Monnet-házban találkozik.

Az elnökök az unió jövőjéről, a hamarosan megrendezendő Európa jövője című konferenciáról, valamint jelenlegi geopolitikai kérdésekről, a klímahelyzetről és a digitális átállásról is tárgyalnak. Sassoli elnök kijelentette: Európa új kezdet előtt áll. A belső és külső kihívások, melyekkel szembe kell néznünk, arra figyelmeztetnek, hogy az Európai Unió több mint gazdasági erő, több mint piac. Olyan értékeket képvisel, melyekben mindannyian osztozunk, és melyeket védelmezünk. Elgondolásainkban nem szabad megfeledkeznünk soha arról, hogy mennyivel erősebbek vagyunk, ha együtt cselekszünk."

A három elnök a megbeszélést közös közleménnyel zárja majd január 31-én 11 órakor az Európai Parlamentben, Brüsszelben. *(mózes)*

Kelemen Hunor a deficitről: senki sem gondolt 4,6 százalékra

Kelemen Hunor, az RMDSZ elnöke kedden este úgy nyilatkozott, senki sem számított arra, hogy a 2019-es év 4,6 százalékos költségvetési hiánnyal zárul. Szerinte ennek okai közé sorolható az is, hogy nem történtek meg a várt beruházások.

„Lehetett tudni, hogy nagyobb lesz a hiány, mint a büdzsé tervezetében, de ez a szám azt mutatja, hogy az év folyamán bizonyos kiadások nagyon meghaladták az előrejelzéseket. Másrészt nem hajtották végre a beruházásokat, és gyanítom, ez is ok. Az adók és illetékek begyűjtése sincs az előre jelzett szinten. 4,6 nagyon sok. Nagy deficit" – fogalmazott a szövetség elnöke a Realitatea Plus műsorában.

„Nem látom a pénzügyminisztérium minden adatát, nem tudom, melyek voltak azok a kiadások, amelyeket nem fizettek ki az év folyamán. Valószínűleg a PSD azt gondolta, hogy fizetnek 2020-ban, majd jött a PNL, kifizette egy részét a PNDL-nek vagy a szociális kiadásoknak. A PNL, amikor kormányra lépett, tudta, hogy nagyjából mi várja, mivel jó elemzőik voltak, akik megmondták, hogy 3 százalékosnál nagyobb lesz a hiány. De senki sem gondolt 4,6 százalékra" – hangsúlyozta Kelemen Hunor. Arra a kérdésre, hogy Románia megengedheti-e magának a nyugdíjemelést vagy a gyermeknevelési pótlék összegének megduplázását, leszögezte: Romániában nyolc éve kormányzati válság van.

„A helyes kérdés nem az, hogy Románia megengedheti-e magának vagy sem, hanem az, hogy ki tudunk-e lépni ebből a kormányzati válságból, ami nyolc éve tart, és meg tudjuk-e kezdeni az előre hozott választások után mindannak az átszervezését, ami költségvetési kiadást jelent" – mondta az RMDSZ elnöke. *(Mediafax)*

Brexit – Mi lesz a külföldi EU-állampolgárokkal?

„Véget vetünk annak, hogy az Európai Unióból érkezők szakképzettségüktől, szakmai tapasztalataiktól függetlenül beállhatnak a sor elejére, a Sydneyből érkező mérnökök vagy a Delhiből érkező szoftverfejlesztők elé" – Theresa May, az előző brit miniszterelnök így foglalta össze annak az új bevándorlási szabályozásnak a lényegét, amelyet London a brit EU-tagság pénteki megszűnése utáni átmeneti időszak lejártával tervez bevezetni.

„Jelenleg ellenőrizetlen bevándorlás zajlik egy több mint 500 millió lakosú térségből, és a szakképesítés nélküliek bevándorlása az elmúlt húsz évben a nagy-britanniai bérek emelkedését is akadályozta" – Boris Johnson jelenlegi miniszterelnök ezzel az érvvel indokolta, hogy Nagy-Britanniának miért van szüksége új bevándorlási szabályozásra. Hozzátette még: a tervezett szabályrendszer mindenkit egyformán kezel, függetlenül attól, hogy ki honnan érkezett, és az útlevél helyett az embert nézi.

Nagy-Britanniában és Észak-Írországban – tehát az Egyesült Királyságban – becslések szerint jelenleg 3,2 millió külföldi EU-állampolgár él, és ha ők a Brexit után is maradni kívánnak, megszerzett jogosultságaik szinte maradéktalan megőrzésével ezt a majdani új szabályozás alapján is megtehetik.

A jelenleg érvényes brit szabályozás alapján a törvényesen és életvitelszerűen Nagy-Britanniában élő vagy az átmeneti időszakban érkező külföldi EU-állampolgároknak meghatározatlan időre szóló tartózkodási engedélyért – hivatalos elnevezéssel letelepedett jogi státusért – kell folyamodniuk a brit belügyminisztériumhoz. Ennek határideje 2021. június 30. akkor, ha az alapesetben december 31-ig tartó átmeneti időszakban Londonnak sikerül a majdani kétoldalú kapcsolatrendszer feltételeiről átfogó megállapodásra jutnia az Európai Unióval. Ha ez nem sikerül, akkor nagy valószínűséggel az átmeneti időszak lejárta, vagyis december 31. lesz a tartózkodási engedélyek benyújtásának határideje is.

Ez sem teljesen egyértelmű azonban, hiszen – jóllehet Boris Johnson többször is határozottan kizárta a hosszabbítás lehetőségét – elvileg továbbra is lehetséges az átmeneti időszak kiterjesztése kétszer egy-egy évvel.

Ezt az Európai Unió szorgalmazza is, hiszen az uniós álláspont szerint 11 hónap alatt lehetetlen elérni olyan átfogó – a szolgáltatásokra is kiterjedő – kétoldalú szabadkereskedelmi megállapodást, amilyenre London törekszik.

Bármikor érjen is véget az átmeneti időszak, London már tett utalást arra, hogy azokat az EU-állampolgárokat sem zsuppolja ki automatikusan az országból, akik valamilyen okból elszalasztják a letelepedett jogi státus megszerzésének kérvényezésére kijelölt határidőt.

Ezt mindenekelőtt az Európai Parlament (EP) Brexit-ügyi megbízottjától, Guy Verhofstadttól lehet tudni.

Verhofstadt a minap a BBC rádiónak nyilatkozva elmondta: a brit kormány Brexit-ügyi miniszterével, Stephen Barclayval tartott legutóbbi megbeszélésén biztosítékokat kapott arra, hogy a brit kormány a benyújtási határidő elmulasztása esetén sem fogja automatikusan kitoloncolni a külföldi EU-állampolgárokat, és a határidőt lekésőknek is lehetőséget biztosít majd a letelepedési kérelem benyújtására, ha megfelelően megindokolják, hogy miért nem volt módjuk erre a normál eljárás keretében.

A legfrissebb bevándorlási statisztikák azonban arról tanúskodnak, hogy egyre kevesebben tekintik vonzónak az Egyesült Királyságot letelepedési és munkavállalási helyszínként, és ez mindenekelőtt Kelet- és Közép-Európára igaz.

Ország – világ

Meghosszabbították a személyi jövedelemadó-nyilatkozat benyújtási határidejét

Május 25-ét szabta meg a kormány a magánszemélyek számára a jövedelemdóról és társadalombiztosítási hozzájárulásról szóló egységes nyilatkozat benyújtására. A 230-as egységes nyilatkozat benyújtásának határideje eredetileg március 15-e volt, keddi ülésén azonban a kormány május 25-ére módosította ezt a dátumot. „Számos civil szervezet kérte ezt, hogy biztosak legyenek benne, hogy mindenki időben benyújtja a formanyomtatványokat" – mondta kedd esti sajtótájékoztatóján Florin Cîţu pénzügyminiszter. A tárcavezető rámutatott, módosították a 2019/6-os rendeletet is, így az eredetileg 2020. február 1-je és március 31-e közötti időszak helyett február 8-a és június 31-e között lehet benyújtani az adóhátralékok átütemezésére vonatkozó terveket, ugyanakkor megszüntették az egymillió lejes összeghatárt, hogy bárki élhessen az átütemezés lehetőségével, akinek 2018. december 31-éig adóhátraléka volt.

Az 1989-es forradalom bűntetteit kivizsgáló igazgatóságot létesít az IICCMER

Az 1989-es forradalom bűntetteit kivizsgáló igazgatóságot létesít a kommunizmus bűneit vizsgáló és a román száműzöttek emlékét ápoló intézet (IICCMER). A kormány keddi ülésén született döntés nyomán az IICCMER átveszi a felszámolt 1989-es Decemberi Román Forradalom Intézetének vagyonát és archívumát, és külön igazgatóságot hoz létre, amely az 1989 decemberében „elkövetett bűntettek és visszaélések tudományos vizsgálatával és leleplezésével" foglalkozik majd – adja hírül közleményében az IICCMER. Az igazgatóság szakemberei adatokat, dokumentumokat, tanúvallomásokat gyűjtenek majd és kutatásokat végeznek az 1989. decemberi események lefolyásáról és hatásairól – derül még ki a közleményből.

Támogatás a pártoknak

Az Állandó Választási Hatóság (AEP) tájékoztatása szerint januárban összesen több mint 15 millió lejes támogatásban részesültek a politikai alakulatok. A legtöbbet, több mint 7 millió lejt a Szociáldemokrata Párt (PSD) kapta, a második a Nemzeti Liberális Párt (PNL) csaknem 4 millióval. Szociáldemokrata Párt (PSD) – 7 104 247,14 lej; Nemzeti Liberális Párt (PNL) – 3 943 235,50 lej; Mentsétek Meg Romániát Szövetség (USR) – 1 052 831,91 lej; RMDSZ – 899 126,84 lej; Liberálisok és Demokraták Szövetsége (ALDE) – 861 873,20 lej; Népi Mozgalom Párt (PMP) – 473 774,36 lej; Országos Szövetség Románia Fejlődéséért (UNPR) – 21 607,92 lej; Pro Románia – 658 019,94 lej; Nemzeti Erő (FN) – 105 283,19 lej. Az Állandó Választási Hatóság közölte egyúttal azt is, hogy mekkorára becsülik azt az összeget, amelyet az egyes pártok a 2020-as év folyamán kapni fognak. Az összeg eléri az év végére a 181.441.000 lejt.

Aktuális

„Színes" demokrácia

(Folytatás az 1. oldalról)

kormányon volt Szociáldemokrata Pártot (PSD) bírálta, és a parlamenti választások előre hozását sürgette, arra hivatkozva, hogy a „PSD által uralt parlament akadályozza a jobbközép kormány reformelképzeléseinek életbe léptetését".

Ludovic Orban az elégedetlenségre reagálva kifejtette: kormányának egyik prioritása, hogy a 2021-2027-es uniós költségvetésből támogatást juttasson az Erdélyt Moldvával összekötő, úgynevezett Egyesülés autópálya építéséhez. A miniszterelnök a moldvai vasútvonalak korszerűsítésére is ígéretet tett. Kíváncsian várjuk, mi lesz az ígéretekből, hiszen Moldva az ország egyedüli olyan történelmi régiója, ahol eddig egyáltalán nem épült autópálya. A régió leszakadása miatt ezt a térséget sújtja legjobban a munkaerő-elvándorlás is. A moldvai megyéket Bukaresttel, illetve Erdéllyel összekötő autópályák megépítéséért 2018 májusában több száz gépkocsivezető szervezett autós demonstrációt Bukarestben, a parlament pedig már törvényt is elfogadott az Erdélyt Moldvával összekötő Egyesülés autópálya megépítéséről. Ám, amint lenni szokott, a gyorsforgalmi út tervei sem készültek még el.

Nos, színes vagy nem színes, demokratikus vagy nem demokratikus megnyilvánulás a fütyülés és a hujjogatás, mind az elnöknek, mind a kormányfőnek jó képet kellett vágnia a dologhoz. Két választás előtt nagy luxus lett volna megsértődni vagy arrogánsan visszavágni, bármennyire is nehezére es(het)ett az elnöknek. Aki nem szokta ilyen simán lenyelni a békát. Most mégis megtette. Sőt, mint mondta, még örült is neki. Mert szavazatokra lesz szüksége hamarosan. Kérdés, mit mond majd jövőben, ha az ígéret megint csak ígéret marad?

Jó évet remélnek

(Folytatás az 1. oldalról)

Már elkészültek a tervek a község összes helyi mellékutcájának leaszfaltozására is, sáncok betonozásával, bejáróhidak építésével együtt. Még nem tudják ugyan, hogy milyen forrásokra fognak pályázni (európaira vagy kormánypénzekre), de hamarosan új fejlesztési ciklus indul, így a polgármester biztos abban, hogy erre a beruházásra is kerül majd pénzforrás.

Benedekfi Csaba, Székelybere polgármestere

Megszépülnek az iskolák

Négy tanintézmény felújítási projektje zajlik a községben: az ősz folyamán Seprődön és Berekeresztúron elkezdték a munkálatokat, Nyárádszentimrén és Székelyberében az időjárás függvényében tavasszal látnak hozzá. Teljesen új, korszerű és a szabványoknak megfelelő épületeket eredményez majd a kivitelezés: öltözők, tanári szoba, mosdók, kazánház, veszélyes anyagoknak raktár mind helyet kap benne. Kicserélik a tetőzetet is, Székelyberében egy tanteremmel is bővítik az épületet, míg Berekeresztúron szinte teljesen lebontották a falakat, mert olcsóbb és tartósabb lesz, ha új falakat húznak fel. A projekt összértéke majdnem 2,5 millió lej, amelyből egy kevés önrészt, mintegy 200 ezer lejt, azaz a nem támogatható költségeket és a tervezést az önkormányzatnak kellett vállalnia.

Következnek a kultúrotthonok is

Készen van a nyárádszentimrei, a székelyberei és a márkodi művelődési otthonok felújítási terve, az önkormányzat készen áll arra, hogy ha megnyílnak a támogatási források, tudjon pályázatokat benyújtani erre a célra. A három ingatlan teljesen megújulna a tetőzettől az öltözőkön, színpadon át a fűtésrendszerig, ellátnák vezetékes vízzel, a szennyvizet kivezetnék, az épületeket pedig annyival bővítenék, hogy kazánházakat építsenek hozzájuk.

Megújulnak a gépparkok

Nagy elégtételt jelent a községvezetés számára, hogy a helyi lakosságnak sikerült kihasználnia a Pro Economica Alapítvány által kezelt székelyföldi gazdaságfejlesztési programot. A gazdák ezirányú megsegítésében az önkormányzat is derekasan kivette a részét, és nagy örömükre a község méretéhez és lakosságszámához képest sok sikeres pályázat született: míg a nagyobb községekben is csupán négy-öt pályázat kapott támogatást, náluk ez tízszeres szám, több mint ötven, vannak családok, ahol három pályázat is készült.

A legtöbben traktort vásároltak, és lassan elkezdődött ezek leszállítása is, de vannak gazdák, akik fajtiszta pirostarka szarvasmarhákat hoztak külföldről, egyesek illóolajokat préselnének gyógynövényekből, mások dugványokat vásárolnak – a legtöbben azonban erőgépeket. Nagy segítség ez a község számára; a községvezetők gazdasági fellendülést remélnek, főleg ami a mezőgazdaságot illeti, ugyanis számos gazda már új gépekkel kezdheti el az idei mezei munkát.

Azt tervezik, hogy ha a tavaszra minden nyertesnek leszállítják a vásárolt eszközöket, termékeket, állatokat, akkor egy kisebb, községszintű kiállítást is rendeznek ezekből.

Marosvásárhelyen az egykori „kiscsillag”

László Attila a Kultúrpalotában

Máté Péter Most élsz című dalával hódította meg kilenc évvel ezelőtt a Csillag születik zsűrijét az a hosszú hajú kézdivásárhelyi fiú, akit a tehetségkutató végén győztesként ünnepelhettek az erdélyi és anyaországi nézők. Az akkor 14 éves László Attilát nem vitte tévútra a hirtelen jött hírnév, a szerencsét próbáló legkisebb székely legény természetességével fogadta a sikert, amely azóta is hű útitársa maradt. Február 22-én a marosvásárhelyi közönség is találkozhat az időközben sármos fiatalemberré érett énekessel, zenésszel. Attilával a premiernek számító koncert apropóján beszélgettünk.

Nagy Székely Ildikó

– Mikor talált rád először a zene?

– Már óvodáskoromban szerettem énekelni, sok dalt ismertem. Tízévesen kezdtem zongorázni, akkor éreztem rá arra, hogy számomra az éneklés és a zenélés jelenti a jövőt. Valószínűleg születésemtől megvolt bennem ez a vágy.

– Számítottál-e arra, hogy 14 évesen te leszel Magyarország „kiscsillaga”?

– Nem úgy indultam a tehetségkutatón, hogy én ezt most meg akarom nyerni. Inkább egy lehetőséget láttam benne, arra gondoltam, hogy így talán felfigyelnek rám. Nagy élmény volt számomra ez a verseny, tulajdonképpen nem is éreztem stresszhelyzetnek.

– Hogy élted meg a sikert?

– Természetesen rettentően boldog voltam, hiszen ez nagy fordulatot jelentett az életemben. Hamar hozzászoktam a változáshoz, rövid időn belül teljesen magaménak éreztem az új létformát. Mivel a Csillag születik után kétéves szerződés kötött az RTL Klub csatornához, Magyarországra költöztem, a középiskolát is ott végeztem el. A verseny nyereményeként elkészült az első lemezem, közben folyamatosan képeztem ének- és zongoratudásomat. Érettségi után három évig a Kőbányai Zene Stúdió zongora szakán folytattam tanulmányaimat. Folyamatosan hívtak különböző fellépésekre, nemcsak Magyarországon, illetve a Kárpát-medencében, hanem az óceán túlpartján – Amerikában, Ausztráliában – is énekelhettem az ott élő magyar közösségeknek. Ezek mind nagyon megható, életre szóló tapasztalatok voltak. 2018-ban Clevelandban, a Szent István-napi fesztiválon léphettem közönség elé, ez volt az egyik legmaradandóbb élményem. Ugyanakkor nagy boldogság volt számomra, hogy tavaly több önálló, telt házas koncertet adhattam Budapesten, a Duna Palotában és a miskolci Zenepalotában.

– Mikor kezdtél el saját zenét írni?

– 2013-tól, tizenhat éves korom óta foglalkozom rendszeresen zeneszerzéssel, hangszereléssel és szövegírással. Az igényes zene mellett a komolyabb mondanivalóval rendelkező szöveg is fontos számomra. Legutóbbi dalom, a Van remény című – amelynek videoklipje tavaly novemberben jelent meg – a hajléktalanokról szól. Ez a téma régóta foglalkoztatott.

– Van-e példaképed, kedvenc énekesed?

– A magyarok közül Presser Gábor, a külföldiek közül Elvis Presley.

– Facebook-oldaladon minden hétvégén dalajándékkal – saját szerzeménnyel vagy egy feldolgozással – leped meg rajongóidat. Milyen hozadéka van számodra a folyamatos internetes jelenlétnek?

– Nagyon hamar kialakult a facebookos hallgatóságom, jelenleg 160 ezer követőm van. Voltak, akik még a hosszú hajú tizenéves énemre emlékeztek, mások megfeledkeztek rólam. A feltöltött videókkal az ő szívükbe is vissza tudtam lopni magam.

– Milyen gyakran van lehetőséged hazatérni Kézdivásárhelyre?

– Sajnos elég ritkán. Mindig nagyon jó érzés a családdal, az otthoni barátokkal lenni, erre hamarosan sor is kerül, március elsején ugyanis a kézdivásárhelyi Vigadóban lépek közönség elé.

– Van-e valami, ami a szülővárosodtól távol különösen hiányzik?

– A fenyvesek és a hegyek.

– Február 22-én egy erdélyi körút második állomásaként első alkalommal koncertezel Marosvásárhelyen. Jártál-e még a városunkban?

– Inkább csak átutazóban. Azt viszont tudom, hogy a Kultúrpalota gyönyörű, így nagy izgalommal készülök a koncertre, és bízom benne, hogy sikerül szép pillanatokat szerezni a marosvásárhelyieknek.

László Attila *Én és a zongorám* című koncertjére február 22-én, szombaton 20 órától kerül sor Marosvásárhelyen, a Kultúrpalotában. Jegyek 30 lejért a Kultúrpalota jegypénztáránál válthatók, illetve a 0758-133-617-es telefonszámon foglalhatók naponta 15–21 óra között.

A kínai császár nem visel koronát

Ha majd megírják a világ összes bölcsének összeműködésével azt a tudományosan igényes és igényesen tudományos dolgozatot/enciklopédiát, amelynek témája nagyon egyszerűen így hangzik: „mit köszönhet az emberiség és az utána színre lépő még fejlettebb faj (?) Kínának és a kínai civilizációnak?”, bizonyosan, hogy nem a koronavírus fog elsőként szerepelni. Ott lesz a helye a K vagy C betű alatt, ha akkor még egyáltalán a betűrend lesz az eligazodás alfája és ómegája. Szóval Kínában már tombol a vírus, és a WHO felkészült a védekezésre, a repülőjáratokat törölték, Vuhan városa, ha jól értettem, a gócpont, világszerte ismert és elkerülendő lett, a maszkgyártók örülnek, mert szépen fogynak a hasznos védálarcok/maszkok, az idén, ha nem vigyázunk, a velencei karneválon is koronavírus elleni maszk lesz a díjnyertes. Mi több, most olvasom, hogy állandóan frissülő térképen is lehet figyelni a betegség terjedését, ámbátor sokkal jobban szeretném, ha már térképen lehetne követni, miként húzódik vissza a vírus világgarázdálkodási területéről, avagy azt, hogy kínai tudósok elsőként fedezték fel a vírus terjesztette betegség ellenszerét, és azt is, hogy virológusok nyugodt lélekkel jelenthetik ki, hogy a vírustörzs elerőtlenedett, kifejlődött az emberekben az immunitás a betegség terjesztőivel szemben. Ugyanez vonatkozik a rémhírterjesztőkre is.

Mert ha elővesszük a történelemkönyveket, művelődéstörténeteket, akkor látni fogjuk, hogy a papír is Kínából, a kínaiaktól származik, akik azt rizsszalmából mesterkedték ki. Na most már a papírt – mint találmányt és mint a gondolatrögzítés hordozóanyagát – azonnal alkalmazni kezdték, mindenféle fontos rendeletet felfirkantottak rá. Ezzel kapcsolatban fejlődött ki az írószeripar és -művészet a lúdtollól és nádiróntól a golyóstollig (erdélyi magyarul a pixig), a lézerceruzáig és a számítógépes billentyűzésig egyfelől, míg másfelől az irodalom és a bürokrácia. Elburjánoztak a papíralapú hivatalok és a kőszívű hivatalnokok, az író-nem olvasó találkozók, a folyóiratok és az irodalmi Nobel-díj, amely magyar viszonylatban sokkal inkább szólt az irigységről és kisstílű szurkapiszkáról, mint az irodalom nemesítő gyönyörűségéről. Újságot nyomtattak rá, és papírból lehetett papírhajókat csinálni; papírra írhatta meg Andersen a rendíthetetlen ólomkatonát, amely egy papírhajóban sodródik a becethalazásig, majd tovább az elkerülhetetlen sorsvállalásig. A papírhajók révén vált sok száz ember tengerjáróvá – így vagy úgy, a politika nyert egy jó metaforát, a papírtigrist, és a bukott szamár, akit fennmarasztottak a szigorú régi tanár urak, tintalevest kapott ebédre papírgaluskával. Továbbá: lett papírgyűjtő verseny, papírzsebkendő és papírruha, zsírpapír, papírsír – olvashatatlan költemények számára előnyösen...

Csütörtöki kimenő

– Sebestyén Mihály rovata –

Aztán itt van Kína másik ajándéka, a selyem. Mint tudjuk, a gubót arab kalmárok csempészték ki üreges botjukban, mert a kínai határőrök sem csalhatatlanok, sajnos a vírus is kiszökik minden ellenőrzés dacára, szóval Musztafa átadta Musának, Musa Mohamednek, Mohamed egy olasz kalmárnak, és máris készültek a selymesebbnél selymesebb ruhák, zsebkendők, rokolyák, nyakkendők és díszdobozok béléssel, napernyők és hőlégballonok, zakóbélesek és selyemingek, amelyeknek elejét kérésre minden dalbéli cigánylány ki szokta gombolni, hogy megérinthető legyen a selymes bőre. De azóta van szavunk a selyemfűre, a selyempapírra – na tessék, megint oda találtunk vissza –, a gyermekdalban cérna volna, selyem volna, mégis kifordulna. Mi vagy ki fordulna ki?

Kifordul a térdünk, bokánk focizás, hegymászás, Kína-járás, nagyfalhágás közben. Kifordul a partner tánc közben – már aki szeret és tud táncolni –, udvariatlan kiszolgálás láttán kifordul a vevő az üzletből, ahol selymet vagy papírt akart vásárolni, sőt mondják valamire, hogy kifordul a béltraktusom, de ez ízléstelen.

Petőfi a konyhára fordult be, a sarkon befordul a halál egy jó kis krimicímben, alvás közben befordulunk a fal felé, és a középcsatár befordul a tizenhatosnál, és kapura lő. Amíg gól lesz... na, arra várhatunk.

Kis jegyzetünk végére odaillesztjük a végszót: Finis coronat opus. (A vég nemesíti meg a művet.) Ez nem ugyanaz, mint az Ugocsa non coronat. (Lásd Adynál.)

HARMÓNIA

Egészség — életmód — otthon

Szerkesztette: Menyhárt Borbála

Négy út áll a drogot kipróbálók előtt – csak nem tudni előre, hogy ki melyiket járja majd be

Lehet, hogy túléled, de az is lehet, hogy nem

Négy lehetőség áll azok előtt, akik úgy döntenek, kipróbálnak valamiféle tudatmódosító szert, csak az a gond, hogy nem tudhatják előre, melyik utat fogják majd bejárni. Az is lehet, hogy segítséggel és kemény munkával sikerül leállni, de az is benne van a pakliban, hogy esetleg nem élik túl – mutatott rá a múlt hét végén Marosvásárhelyen tartott előadásában Kalóz János **pszichológus, addiktológus, aki humoros, szókimondó stílusában, szemléletes gyakorlati példákkal alátámasztva beszélt a különféle függőségek okairól, folyamatáról, következményeiről. A szakember, aki évekkel ezelőtt kábítószerfüggőként maga is végigjárta a poklok poklát, a Védem Egyesület meghívására érkezett Marosvásárhelyre.**

Menyhárt Borbála

Fotó: Facebook: Védem Egyesület

Kalóz János már az előadás elején leszögezte: az addiktológia a szívügye, ellenben sok szakembertől eltérően, ő nemcsak megtanulta a szakmát, hanem évekkel ezelőtt kábítószerfüggőként maga is végigjárta a poklok poklát, most pedig másoknak segít a különféle függőségekről való leszokásban. Őszintén beszélt saját tapasztalatáról, ami még hitelesebbé tette a mondanivalóját. A szakember hangsúlyozta: senkit sem szokott lebeszélni arról, hogy kábítószerhez nyúljon, ez mindenkinek a saját döntése, ő csak a következményekre világít rá.

Kalóz János szerint az emberekben általában az a kép él, hogy a kábítószer rossz dolog, attól óvakodni kell. A nem klasszikusok, azaz a fiatalok körében elterjedt dizájnerdrogok – amelyeket még mindig nagyon sokan helytelenül etnobotanikai szereknek neveznek – használatának sajnos beláthatatlan következményei vannak. A legtöbb dizájnerdrog olcsó méreg, nagy részük Kínából származik, és online nagyon könnyen hozzáférhetőek. Ezzel szemben a klasszikus kábítószerek nagy része a gyógyszeriparban fájdalomcsillapítóként van jelen, a bajt az okozza, ha a használó visszaél velük.

– A marihuána például az egyik legjobb gyógyszer. A gond az emberrel van, ugyanis az emberre jellemző, hogy visszaél vele. Mindennel vissza tudunk élni, ami jó, és az, hogy annak milyen következményei lesznek, általában nem szokott eszünkbe jutni. Itt szoktak elcsúszni a dolgok, és megjelenik a függőség. De ez nem csak a drogok terén igaz; az emberek például úgy társfüggők, hogy nem is veszik észre – véli az addiktológus, aki szerint a „kütyük”, azaz a telefon, a tablett is tudnak komoly függőséget okozni, sőt ma a közösségi oldalak felhasználói kapcsán már lájkfüggőségről is beszélhetünk. Gyakori, hogy ha kommunikációs problémákkal, szociális szorongással küszködünk, telefonon, sms-ben rendezzük le azokat a problémákat, amelyekkel nem merünk szembenézni. Nem könnyebb például smsben szakítani valakivel úgy, hogy nem kell a szemébe nézni, szembesülni a reakciójával, magyarázkodni? Sőt, utána még a számát is le lehet tiltani – hozta fel a példát a Kolozsváron dolgozó szakember.

Nem magát az anyagot, a hatás keltette érzést keresik

Az előadás során a szerhasználat pszichológiai okairól is szó esett, arról, hogy mi vezethet oda, hogy valaki drogfüggővé váljon. Első lépés a kíváncsiság, ez főleg a tinédzserek esetében veszélyes, hiszen ennek a kornak a leghangsúlyosabb jellemzője. A kíváncsi tinédzsernek, ha ecsetelik, hogy milyen jó „betépni”, nagy valószínűséggel felmerül benne, hogy milyen jó lenne kipróbálni. Eszébe sem jut, hogy annak milyen következményei lehetnek. Kezébe veszi az anyagot, elszívogatja, és megjön a hatása.

– Leül a járdaszegélyre, felnéz, a vezetékeken lát három verebet, és negyven percig röhög rajta. Ilyet normális körülmények között biztosan nem csinál. A szertől olyan érzést kap, amit a hétköznapokban nem tud elérni. Nem a szer visz be az erdőbe, hanem amit tőle kapunk, ez az érzés, ez a hatás okoz függőséget. Szeretünk élményeket hajhászni, és ha olyan élményben lesz részünk a szerhasználat által, amit egyébként a hétköznapokban nem tudunk elérni, nem magát a szert, hanem az érzést fogjuk újból és újból keresni – mutatott rá Kalóz János, aki cáfolta az állítást, miszerint a marihuána nem okoz fizikai függőséget. Mint mondta, a marihuána hatóanyaga a THC, ez jut fel az agy boldogságközpontjába, ahol a dopamin termelődik. Ha kívülről jön az örömérzet, a dopamintermelés szünetelni kezd, ettől van az, hogy a „tiszta” drogos ürességet érez, sóvárogni kezd az örömért, a szerért. Sejtszinten megy ez végbe, tehát nem lehet mondani, hogy nem fizikai – világított rá a pszichológus.

Függőség: nem betegség, hanem menekülés

Kalóz János elismerte, hogy sok kollégájától eltérően ő a függőséget nem tekinti betegségnek, inkább egy következménynek. Egy menekülési forma a háttérben meghúzódó problémák elől a társhoz vagy az italba, kábítószerbe.

Egy szorongó, önbizalomhiányos fiatalt hozott fel példaként, aki egy szórakozóhelyen meg szeretne ismerkedni egy lánnyal, aki tetszik neki, de nem mer közeledni, mert tart az elutasítástól vagy attól, hogy a barátok kigúnyolják. Majd a barátok unszolására megiszik egy italt, majd még egyet, és még egyet. Mire eljut öt italig, oda a szorongás, odamegy a lányhoz, meghívja egy italra. Ellenben mindebből azt szűri le magában, hogy ha gond van, igyál meg öt italt.

Az alkohol esetében „az üveghez való viszony” a meghatározó, nem a mennyiség számít, hanem a használat módja. Nem akkor alkoholista valaki, ha állandóan részeg, hanem akkor, ha az italt a kellemetlen érzéseinek, a negatív gondolatainak az elnyomására használja, abba menekül. A szakember egy képzeletbeli példát, egy színházban kellékesként dolgozó férfi esetét hozta fel, akinek nagyon idegesítő a főnöke, és egyfolytában kötekedik vele. A férfi mindennap szorongva megy dolgozni, és útközben a sarki kocsmában minden reggel megiszik két decit, nem többet. – Ha megkérdezem tőle, hogy alkoholista-e, azt mondja nem. De igen, az! Hiszen szüksége van a két decire ahhoz, hogy tolerálni tudja a főnökét, mert másként nem képes kezelni a helyzetet. Az óriási probléma, hogy keményebb kábítószereknél megjelenik a fizikai függőség is. Véresre kaparom a falat, tépem ki a hajam, és idővel azért használom az anyagot, hogy egy valamelyest normális állapotot tudjak megközelíteni – hívta fel a figyelmet a pszichológus, aki olyan esetekről is beszámolt, amikor kóros hasmenés, valamint evészavar hátterében kizárólag a szorongás állt.

A szorongás kapcsán megjegyezte, sajnos rengeteg feltételezett dolog miatt szorongunk, nem a „mostban” élünk, túlagyaljuk a dolgokat, például már hazaindulás előtt azon bosszankodunk, hogy vajon találunk-e a lakhelyünk környékén parkolóhelyet. Mindig az a valós, ami most van, a többi irracionális gondolat. Félelmeink, szorongásaink akadályoznak abban, hogy megtegyünk dolgokat, pedig előre nem tudhatjuk, hogy valós-e a félelmünk vagy sem.

Például bántalmazott nőkben gyakran megfogalmazódik, hogy el kellene hagyni az erőszakos társat, ellenben elkezdenek gondolkodni, hogy vajon fogja-e még őket valaki szeretni, meg tudnak-e majd élni, fognak-e lakást találni, elfogadják-e majd őket gyerekekkel. És végül mégis maradnak, mert jobban félnek a számos ismeretlentől, ami előttük áll, ha kilépnek az erőszakos kapcsolatból – tette szóvá a pszichológus, aki szerint a megszokás nagy hatalom, és az egyik legfontosabb szükségletünkre, az érzelmi biztonságra alapoz. Azt is elmondta: hányan vannak, akik utálják a munkahelyüket, és évek óta azon gondolkodnak, hogy váltani kellene! De ha szembesítik őket a kérdéssel, hogy miért nem lépnek, számtalan magyarázatot hoznak fel: ez legalább biztos, meg lehet élni belőle stb.

– Olyan magyarázatokat gyártunk, hogy mi magunk is meglepődünk rajta. Én azt szoktam mondani, az az igazi szabadság, amikor vasárnap délután nem vagy ideges, hogy jön a hétfő – jegyezte meg.

A pirula mindent megold

A pszichológus rámutatott, hogy manapság a reklámokban készségesen ajánlják az egyes készítményeket adott panaszokra, s az az üzenet tárul elénk a képernyőről, hogy be kell venni a pirulát, és megoldódik minden gondunk. A mindennapokban az emberek nagy többsége, ha fáj valahol, legyen az a feje, a foga, azonnal bevesz egy fájdalomcsillapítót, és elmúlik a fájdalma. Következő alkalmakkor ugyanez a forgatókönyv, de benne van a pakliban, hogy egy idő után hiába veszi be, nem múlik el például a fogfájás. Ilyenkor az ember hajlamos bevenni még egy pirulát, anélkül hogy elgondolkodna, miért nem hatott az első. Mint ahogy az sem jut eszébe, hogy azon gondolkodjon, hogy vajon mitől fáj a foga. Ha megtenné, talán eszébe jutna, hogy esetleg szuvasodik. De félreteszi ezt a gondolatot, mert szorong, tart a fogorvostól. Vagy azért, mert egyszer mondta neki valaki, hogy fájdalmas kezelésben volt része, és ez megmaradt benne sémaként, vagy pedig van saját negatív tapasztalata.

A kipróbálástól a belehalásig

Kalóz János szerint a kábítószerhasználat kapcsán öt lehetőség áll mindenki előtt. Az első, hogy soha nem próbálok ki semmit, a második, amikor nem bírok a kíváncsiságommal, kipróbálok valamiféle szert, azzal kielégítem a kíváncsiságom, de úgy kezelem, mint egy tapasztalatot, és a továbbiakban nem foglalkozom többé vele. A harmadik, hogy kipróbálok valamit, de az úgy sül el, hogy abba belehalok. A negyedik alternatíva, hogy használgatom a szert, függő leszek, majd azért használom, hogy ne fájjon a hiánya, ezáltal leépítem a szervezetem, és ebbe halok bele. Az ötödik lehetőség ugyanaz, mint a negyedik, egy kivétellel. Rájövök, hogy ez nem jó nekem, szembesülök azzal, hogy egyedül nem tudom abbahagyni, segítséget kérek, keményen dolgozom azért, hogy változtatni tudjak.

– Attól a pillanattól kezdve, amikor valaki a kezébe vesz bármiféle pszichoaktív szert, ezen kategóriák valamelyikébe tartozni fog, viszont előre soha nem lehet tudni, hogy melyikbe – világított rá a veszélyekre az addiktológus.

A halál közelsége sem rettentette el

Kalóz János őszintén és lényegretörően elevenítette fel saját történetét, azt az időszakot, amikor a kábítószer-használat szinte az életébe került. Hiába volt autóbalesete, túladagolása, semmi sem tudta elrettenteni a drogoktól; amikor a pszichiátriára került, akkor is megtalálta a módját, hogy kintről bejuttassák neki a szert.

– Az sem ijesztett meg, hogy többször majdnem meghaltam. Ilyen a függőség, amikor nem ijedsz meg attól sem, hogy megdöglesz. Mert erősebb az a vágy, hogy „nyomjak” egy következő adagot – hangzott a megdöbbentő tapasztalat. Kalóz János bevallotta, a haláltól nem riadt vissza, ellenben amikor az édesanyja könnyes szemmel odaállt eléje, és azt mondta, csomagoljon, és menjen el, mert nem akar szenvedni tovább miatta, elindult benne valami. Akkor jutott el oda, hogy segítséget kérjen, és rehabilitációra került.

Mint mondta, akadnak, akik a vagány szót használják a kábítószerezés kapcsán.

– Amikor elveszted a lakásod, a szüleid, a barátaid, és hatnapi kómaszerű állapot után lekötve ébredsz a pszichiátrián, majd hónapokig, évekig keményen dolgozol, hogy leszokhass, mi ebben a vagány? – tette fel a kérdést a szakember.

Illusztráció

„Rongyos vitézek”

Bogdán Emese

Valahányszor szembejön velem viselőjével az utcán a legújabb divathullám eredménye, a szakadt farmer, ez a szókapcsolat jut eszembe. Nem is tudom, miért társítom a Petőfi-verssel, hisz abban nemes értelmezést kap ez a kifejezés.

„Föl tudnám én is öltöztetni/ Szép rím s mértékbe versemet/

Amint illő meglátogatni/ Társasági termeket.”

A szakadt, rongyos nadrág, a divatnak ez a legújabb őrülete úgy van feltálalva, hogy jóval drágább, mint az ép. Ráadásul bárhol és bármikor viselik, s olyan jelleget kezdett ölteni, mint valamikor régen az egyenruhák, annyi különbséggel, hogy ezt nem kötelezi senki, mégis tele van az utca vele, mert ez a divat, s a divattal lépést kell tartani, ha „trendi” akarsz lenni. Azért ez a furcsa, rongyos látvány az utcán. A fiatal generációk nagy előszeretettel viselik, de a felnőttek (főleg nők) bizonyos hányada is hódol az áramlatnak. Ámulok azon is, hogy nemcsak az utcán jön szembe, hanem a rendezvényeken, ünnepi alkalmakkor, színházban is menő viselet.

Elgondolkoztató, mennyire manipulálhatók a divattal is az emberek. Egy intésre hogy tudnak váltani! Mindegy, milyen aspektusa van az újnak, milyen hatása van a társadalomra, mondjuk az egészségre, muszáj (?) változtatni.

Ha végigkísérjük a különböző korok divatirányzatait, mosolyognunk kell a nagy változásokon. A régi feudális korok impozáns, csillogó, gazdagon díszített, mai szemnek nevetséges viseletébe is bele kellett szokni annak idején, mert kényelmetlen volt, mert megszabta az alakot, a viselkedést, a mozgáshatárokat, sőt, ha a kényelmetlen fűzőre gondolunk, a légzést is. Hajolni, mozogni nemigen lehetett benne, s a légzésnek is csak enyhe pihegést engedett. Megszabta a tartást, az egyenes gerincet, de a sok alhasi megbetegedés is – a rekeszizom megnyomorítása, az oxigénhiány – ennek a ruha alatti darabnak lett az eredménye. Aztán jött egy kényelmesebb, egészségesebb kor, melynek divatja teret adott a mozgásnak, de tartotta magát a polgári illemszabályokhoz is. Nem volt kihívó, szélsőséges, és végre felszusszantak az emberek, egészségesebb lett a világ, többet mozogtak, új sportok jelentek meg. Még a szocializmus első divathullámai sem voltak feltűnőek és ízléstelenek, pedig egyre rövidült a szoknya, szűkült a nadrág, hogy az alak jobban látsszon. Aztán egyre kényelmesedett és tovább rövidült a viselet, megjelent a tűsarkú cipő, mely tipegő, apró léptű járást eredményezett, de még nem volt annyira magas, hogy negatívnak mondhassuk, a lábfejet azonban kezdte rossz irányba átformálni. Utána egyre meredekebb volt a változás, a hetvenes évek Beatles-frizurái után a férfiak egy része kezdett hosszú hajat viselni, de eluralkodott az ápolatlanság is, a csapzott, zsíros frizura jött divatba, s a lezser viselet, a kor zenéjének hatására. A bő nadrágok paralel jelleget öltöttek, megjelentek a vastag talpú cipők, melyek ismét más járást követeltek, merev, darabos léptekkel, de megnyújtotta a lábat, míg a szoknya minibe váltott. Magasabbak, szexisebbek lettek a nők tőle. A cipő kényelmesebb volt, mint tűsarkú elődje, mégis negatívan befolyásolta a gerincet, mert az egyensúlyviszonyok, a túlzott magasság és a merevség miatt megváltozott a medence dőlésszöge, csökkent a gerinc lengéscsillapító hatása, ráadásul megnőtt az utcai balesetek száma. A nyolcvanas-kilencvenes években már keveredett minden, de egyre jobban terjedtek a szexualitást kihangsúlyozó áramlatok, melyeknek meg is volt az eredménye, aztán a kétezres években ez az áramlat tovább terjedt. Divatba jött a formákat kidomborító sztreccsviselet és a formákat alig sejtető, bő ruházat. Ma már a viselet sokféle, a szabadság megnyilvánult a divatban is, minden megengedhető, ki-ki úgy öltözik, ahogy akar. Passzol a tornacipő és a bakancs is az alkalmi ruhával. A degenerált, vastag talpú, túl magas sarkú és a tűsarkú, hegyes orrú cipő is megmaradt, a kényelmes lábbelik mellett lehetőséget ad továbbra is a lábfej elváltozásainak (bütykök, kalapácsujj) s a gerincbántalmaknak. Divatban maradt az amerikai börtönökből eredő trottyos, bő nadrág, mely szinte láttatja a farpárnák árkát, rövid, derékon felüli, színes mintás, fényes, feliratos blúzokkal, vagy a felhasogatott, szűk, rongyos sztreccsfarmer, szintén testre simuló felsővel. Úgyszintén a befűzetlen deszkás cipő, melyet gördeszkázásra találtak ki, később azonban a diákok mindennapi viselete lett, és degenerálta a járásukat, egyre nagyobb arányban jelenik meg a lúdtalp és a bokasüllyedés.

Illusztráció

E rövid eszmefuttatás után levonhatjuk a következtetést, hogy a divat sohasem az egészségeshez, a harmonikushoz alkalmazkodott, hanem ellenkezőleg, mindig valami újat produkált, mely mást mutatott az előbbi koroknál, s más irányba sodorta az embereket. Napjaink divatjáról sem lehet sok jót mondani. Az óriási pénzeket nyelő divatbemutatók ruhái szinte mind művészi alkotások, nem hordhatók a mindennapokban, s ma már akkora szabadságot hirdetnek, hogy a nemeket is összekeverik. Az egyre nagyobb teret hódító feminizmus eredményeként gyakrabban jelenik meg a női ruhákba öltöztetett férfi modell is, a genderszimbólum, mely a genderelmélet hírnöke. Nem jó felé tart a világ, s a divat is ezt a célt szolgálja. No de nem muszáj divatosan járni, attól még lehet elegáns az ember.

A szabadságharc fuvolása

Szilágyi Mihály

(Folytatás a január 16-i lapszámból)

Éles politikai meglátásai, jogi tudásának, szónoki képességének és terjedő hírnevének köszönhetően a Zemplén megyei Szapáry grófok Kossuth Lajost családi ügyvédjükké fogadták. A kósza hírek szerint az ékesen szóló Kossuth úgy járt, mint a bibliai József Potifárnéval – a fiatal gróf, Andrássy Károly feleségének, Szapáry Etelkának az ügyvéd enyhítette a hosszú ideig külföldön kószáló férj hiányát. De a gróf urat ez kevésbé érdekelte, mert jogtudós szolgájával egy lázító könyvet is írtak, amiért nyomozást indítottak ellene. A zenei tudás ebben a környezetben valószínűleg csak ártott Kossuthnak, mert a grófnéval való egyre gyakoribb sétálgatások, kártyázások és zenélések miatt kitört a családi botrány. Mire a férj hazatért külföldről, otthon állt a bál. A Szapáry család és a feleség iszonyatos dühvel fordult Kossuth ellen, de Andrássy Károly gróf mégis ügyvédjét pártolta – azt sosem árulta el, hogy miért. Már csak adalék ehhez a történethez, hogy a gróf úr fia, Andrássy Gyula mintha az ügyvédtől tanult volna: felnőttként ő lett Ferenc József császár feleségének, Sissinek a szeretője...

Harmincéves korára Kossuth nevét egyre többen ismerték, széles körben örvendett tekintélynek. Még ellenfelei is kénytelenek voltak elismerni tudását, jó helyzetfelismerő képességét és félelmetes szónoki képességét. Nem csoda tehát, hogy később az egész magyar szabadságharc kulcsfontosságú emberévé vált.

Politikai nézeteit mindig szóvá tette. A hatalom érezte, hogy Kossuthnak megvan a képessége, hogy megmozdulásra szólítsa az országot, ezért – amikor már eléggé veszélyesnek érezték, 1837-ben letartóztatták és három, majd négy év börtönre ítélték. A várt hatás elmaradt, mert a fogoly jogász a börtönévek alatt kitűnően megtanult angolul, rengeteget olvasott, és szellemileg gigásszá nőtt. 1840-ben mégis kiszabadult, de nemhogy elriasztotta volna a börtön, hanem megerősödött azalatt, és még a fogságot is saját politikájának javára fordította, mert ismerte az emberi érzékenység és a szavak erejének titkát. Nem hiába tudott fuvolázni; ez az érzékeny hangszer megtanította a szónokot az emberi lélek érzékenységére.

Az 1840-es években a vidéki jogász egyre inkább az ország sorsát meghatározó politikusok sorába lépett, és fokozatosan került az élvonalba. A szabadságharc kirobbanása előtt már legendák lengtek körülötte, és a megfelelő pillanatban szavaival lángra lobbant a magyar forradalom.

A bukás után Kossuthnak menekülnie kellett. Három gyermekét az osztrák hatóságok politikai túszként tartották fogva. Törökországi tartózkodása idején, 1850-ben angol közbenjárásra engedték el a három gyereket, hogy apjuk után mehessenek külföldre. Törökországból Angliába utazott. Ott ismét belevetette magát a tanulásba, és közben igyekezett új politikai kapcsolatrendszert kiépíteni. Még mindig hitt a magyar szabadságban. Amikor elfáradt a tanulástól vagy a világméretű sakkjátszmák lépéseinek végiggondolásától, akkor előkerült a fuvola.

Egy látogatója jegyezte meg róla: „hogy kissé kipihenje magát, előkereste kedvenc hangszerét, a fuvolát s csodálatosan szépséges, édes és mégis keserves hangokat csalt ki belőle. Gyönyörű magyar dalokat játszott fuvoláján, melyeket a száműzött hatalmas képzelőtehetsége idegen éghajlatok virágaival cicomázott fel, majd teljes egyszerűségében adott elő, hogy az ember félálmában azt képzelte, hogy már valóban otthon van.” Ez a beszámoló röviden jellemzi Kossuth zenei tudását. A zene gyógyszer volt a nehéz pillanatokban.

A hatalmas politikus is érző ember volt. Vállára nehezedett a balul sikerült szabadságharc miatti lelki felelősség tudata. Három gyermeke közül a lánya mindössze tizennyolc évesen meghalt. Egy ország és egy szeretett gyermek halála bizony sok munkát adott a fuvolának...

Aggastyán volt már a száműzött hazafi. Talán azt is megengedték volna neki, hogy idősen hazatérjen – ha kérte volna. De ő nem volt hajlandó ellentmondani elveinek. Ő csak egy önálló Magyarországra ment volna haza, de ilyen nem létezett, csak Osztrák-Magyar Monarchia.

Nem tudhatjuk, mikor szólalt meg utoljára híres fuvolája, mert 1894-ben Kossuth súlyosan megbetegedett, és március 20-án meghalt. Holttestét és lánya földi maradványait hazaszállították Magyarországra. Hazafihoz méltó tiszteletadással temették el.

Kossuth emléke nem csak a márciusi megemlékezésekben elevenedik meg. Több zeneszerző is az ő tiszteletére írt zeneművet – ezzel politikai nézetüket is zenébe kódolták. Kossuth szellemét elsőként egy bizonyos Major Gyula örökítette meg II. (Magyar) szimfóniájában 1893-ban. Őt követte Moór Emánuel 1895-ben a 2. C-dúr szimfóniával, amelyet Kossuthnak ajánlott. Majd Bartók is tisztelgett előtte az 1904-ben bemutatott Kossuth szimfonikus költeménnyel. Bartók műve eltűnt, csak 1945 után találta meg Dennijs Dille a hangszerkivonatokat, amelyekből összerakta a teljes művet.

Főszerepben a zöldségek

Rózsa Enikő

Pikáns spárgakrémleves

Első lépésben 5 dkg vajat felolvasztunk. Körülbelül 8 darab zöld spárgát alaposan megmosunk, a fás végeket levágjuk, majd kisebb darabokra vágjuk. Körülbelül 4 ujjnyi póréhagymafejet apróra vagdalunk. A spárgával együtt a felolvasztott vajba tesszük és 1-2 percig folytonosan átforgatjuk. Miután félrevettük, két közepes nagyságú krumplit meghámozunk, megmossuk, majd felkockázva a spárgához adjuk. Két cikk zúzott fokhagymát, kevés csilipaprikát, sót, borsot és nagyon kevés szerecsendiót adunk hozzá. Feltöltjük annyi vízzel, hogy az alapanyagokat kb. egyujjnyival ellepje. Puhára főzünk mindent, majd botmixerrel krémessé dolgozzuk. Két deci zsíros tejszínt és kb. még egy deci vizet adunk hozzá. Lassú tűzön folytonosan kavargatva felforraljuk. Miután felforrt, kész is van! Tálalhatjuk magvakkal vagy pirított kenyérkockával. Én általában pirított pisztáciával és friss csípőspaprika-karikákkal fogyasztom. Nagyon laktató, vitamindús étel.

Zöldséggel töltött gombafejek

A gombát alaposan megmossuk. Nem szoktam meghámozni, csak megsózom, borsozom. Olvasztott liba- vagy kacsazsírral kívül-belül konyhai ecsettel bekenjük, egy tepsit vagy hőálló edényt sütőpapírral kibélelünk, és belehelyezzük a gombafejeket. A töltelékhez használhatunk mexikói zöldségkeveréket vagy friss zöldséget apróra vágva: murkot, karalábét, póréhagymát, fokhagymát, avokádót, cukkinit. Fűszerezzük a zöldséget: sót, borsot, fokhagymát kevés olívaolajjal, vagdalt petrezselyemzölddel összekeverünk, és pici citromhéjat is reszelünk hozzá. Evőkanállal megtöltjük a gombafejeket. Körülbelül fél deci vizet öntünk alá, lefóliázzuk, és 170 fokon kb. 25-30 perc alatt puhára pároljuk. A fóliát levéve, reszelt füstölt sajttal megszórjuk, és további 7-8 percig sütjük. Párolt rizzsel, fokhagymás tejföllel fogyasztjuk.

Lecsó(k), ahogy én készítem!

Négy fej hagymát nagyobb szeletekre vágok, mellé három nagy paprikát – lehetőleg zöld, sárga, piros, fontos a színkavalkád. Ezt olajon kavargatva megkészítem. Ha nem akarjuk teljesen megpuhítani a paprikát, akár roppanósan is hagyhatjuk. Ebben az esetben félretesszük, majd a végén hozzáadjuk a többi hozzávalóhoz.

Gombás-cukkinis-avokádós lecsó

Négy nagyobb hagyma, három nagy paprika, három nagy paradicsom (forró vízbe dobom és lehúzom a héját), 1 cukkini (zöld, fiatal) karikára vágva. 30 dkg gombát megmosok, héjastul felszeletelem, 5 cikk zúzott fokhagymát, 2-3 csilit (elhagyható) hozzáadok. Sózom, borsozom, őrölt pirospaprikával megszórom. Vizet nem adok hozzá, a cukkini, a gomba, a paradicsom bőven enged. Amíg levet enged, a zöldséget folytonosan kavargatom, majd 10 percre lefedem.

A fedőt levéve elfőzöm a levét, amíg be nem sűrűsödik. Ezután még ízesíthetjükk. Legvégül két érett avokádót szeletelek bele, majd egyet rottyantok rajta.

Adhatunk hozzá reszelt gyömbért, őrölt köményt, szerecsendiót.

50 dkg csirkemellfilét felkockázunk vagy csíkokra vágunk, megsózzuk, borsozzuk.

Egy dl zsíros tejfölt 3-4 cikk zúzott fokhagymával kikavarunk, a csirkemelldarabokra öntjük, jól összekavarjuk, majd lefóliázzuk, és egy órára hűtőbe tesszük. Kevés olajon, állandó kevergetés közben, puhára sütjük a bepácolt csirkemellet. Picit pihentetjük, majd összekeverjük a lecsóval.

Főtt tésztával, párolt rizzsel, natúr krumplival tálalhatjuk. Hús nélkül is nagyon finom.

Diótorta

Hagyományos diós piskótát sütünk 14 tojásból, 6 kanál víz is jár hozzá. Az alábbi krém az én diós krémem. Ehhez szükséges 40 dkg jó minőségű vaj, amit 30 dkg porcukorral, egy citrom héjával, egy evőkanál rumesszenciával mixerrel habosra kavarunk. Hozzáadunk 20 dkg mascarponét, valamint 65 dkg darált diót. A kifehéredésig kidolgozzuk. A piskótalapokat tetszés szerint vágjuk el, majd vaníliás-rumos lével meglocsoljuk, és megtöltjük a lapokat. Kívül is bevonjuk, és bőségesen megszórjuk darált dióval.

Házicsoki

Egy kg cukorból és 3 dl vízből vastag szirupot főzünk, hozzáadunk 5 evőkanál kakaót, fél kg tejport, 15 dkg mogyorót. Kivajazott formába öntjük, majd kb. 10 perc után bejelöljük a szeleteket.

Jó étvágyat!

Hiteles, pontos információkkal segítik a családokat

Tréning autista gyereket nevelő szülőknek

Autista gyereket nevelő szülők számára tartanak tréninget februárban Marosvásárhelyen a magyarországi Mars Alapítvány szakemberei. Az autizmus diagnózis után rengeteg kérdés merül fel a családban, számos olyan helyzet adódik, amivel a szülő nem tud mit kezdeni, ezért fontos, hogy a területen jártas szakemberektől szerezzen pontos, megbízható információkat.

Menyhárt Borbála

Miért nem eszik? Miért eszi két hónapja ugyanazt? Miért akar hosszú ujjú pólót nyáron? Miért borul ki bevásárlás közben? Miért nem tudom elvonszolni a játszótérről? Hol találunk óvodát/iskolát? Meg kell mondanom a beiratkozáskor, hogy autista? Milyen a jó fejlesztés? – ezekre és még számos hasonló, az autista gyereket nevelő szülőket a mindennapokban foglalkoztató kérdésekre próbálnak választ adni a Mars Alapítvány szakemberei a Marosvásárhelyen, a kövesdombi unitárius templomban február 21-22-én sorra kerülő kétnapos képzés során. A tréningen, amit helyi szinten a Kulcs Szociálpedagógusok Egyesülete szervez, lesz interaktív általános előadás az autizmusról, szó esik az igazolt és alátámasztott terápiáktól, de arról is, hogy az ellátórendszerben (egészségügy, iskola, óvoda) merre induljanak a családok. Az előadások mellett a tréning interaktív programnak ígérkezik, amelyen a szülők játszanak, kérdeznek, beszélgetnek, és sokat tanulhatnak nemcsak a trénerektől, hanem egymástól is. A képzést *dr. Simó Judit* pszichiáter, autizmus-szakértő és *Szilvásy Zsuzsanna* szülő, érdekvédő tartja.

Vargancsik Iringó szociálpedagógus lapunk érdeklődésére elmondta, Marosvásárhelyen a Kulcs Szociálpedagógusok Egyesülete vállalta fel a tréning megszervezését. Ez egy olyan szülői képzés, amit a Mars Alapítvány már évek óta szervez, és már több százan vettek részt rajta. Elsősorban olyan szülőknek szól, akik nemrég tudták meg a diagnózist, vagy éppenséggel még bizonytalan a helyzet, azaz nem tudják pontosan, hogy autista-e a gyerekük vagy sem. Mint mondta, a trénercsapat egy érintett szülőből és egy pszichiáterből áll, Szilvásy Zsuzsanna, a Mars Alapítvány megálmodója nagy tapasztalattal rendelkező szülő, akinek már felnőttkorú autista gyereke van. Nyolc évig töltötte be az Autism Europe európai szintű szervezetnek az elnöki tisztségét, és igen kemény munkát fektet abba, hogy minél szélesebb körben tájékoztassák a szülőket erről a spektrumzavarról, és segítsék őket.

Vargancsik Iringó rámutatott: a szülőknek szóló tréninget valójában az igény szülte, ugyanis rengeteg kérdés foglalkoztatja őket, tele vannak bizonytalansággal, hiszen általában nem rendelkeznek elegendő információval a diagnózis kapcsán. Ez a fajta tudatlanság pedig nehezíti bizonyos felmerülő helyzeteknek a megoldását, ugyanis az autizmus viselkedésproblémákkal jár; a különböző korosztályokban, például kamaszkorban, amikor eleve nehezebb kezelni a gyerekeket, az autista fiatallal még nehezebbé válhat a szülők helyzete. Ugyanakkor a mindennapokban beilleszkedési problémák adódnak, az autista gyerekek egy része iskolai integrációra alkalmas, és van is számos jó példa erre. Azonban vannak, akiknek ez gondot jelent, például akad autista gyerek, aki öt év alatt hétszer váltott iskolát, mivel nem tudott beilleszkedni az egyes közösségekbe. Mindemellett a megfelelő fejlesztéssel kapcsolatos kérdések is gyakran merülnek fel a szülőkben, ezért többek között arról is szó lesz a szülői tréningen, hogy melyik a megbízható fejlesztés, szükséges-e, eredményes-e a gyógyszeres kezelés. A képzésre való beiratkozás során arra kérték a jelentkezőket, hogy fogalmazzák meg az őket foglalkoztató kérdéseket. Ezeket elküldték a trénereknek, hogy majd próbálják úgy összeállítani a képzés anyagát, hogy az igazodjon az igényekhez, azaz adjanak választ a szülők kérdéseire.

Fotó: Aosz.hu

Az autizmus gyakorlatilag a születéstől fennálló állapot, de a diagnosztizálásáig gyakran évek is eltelhetnek. Leggyakrabban a gyermek hároméves kora körül válnak a tünetek olyan markánssá, hogy a szülők orvoshoz fordulnak, és a szakember felállítja a diagnózist.

Fontos tudni az autizmusról, hogy ez egy spektrumzavar, ami azt jelenti, hogy nagyon sokféle formája van, egyik véglettől a másikig: egy teljesen normális, de akár magas IQ-szinttel is rendelkezhet az egyén, viszont fennállhat a mentális retardáció is. Ellenben vannak olyan tipikus, közös tünetek, amelyek mindkét véglet esetén jelen vannak, és ezek főként a szociális készségekben nyilvánulnak meg. Ami leginkább észrevehető, hogy a gyerek nem tud a többiekkel kommunikálni, nem tudja „leolvasni" például az érzelmeket, a mimikát, illetve nagyobb korban nehezen barátkozik. Hároméves korban szoktak leginkább jönni a szülők, amikor észreveszik, hogy a gyerek beszéde nem úgy fejlődik, ahogyan kellene, illetve akkor kerül közösségbe, és akkor tűnik fel, hogy ő más, mint a többi – fejtette ki egy, az autizmus világnapja alkalmából lapunkban megjelent korábbi interjúban *dr. Gálicz-Nagy Andrea* gyermekpszichiáter.

Jellemző továbbá, hogy társas kapcsolatokban szokatlan, elkülönülő viselkedés, egyoldalú interakció figyelhető meg az autista gyerekeknél, csak bizonyos személyekkel, csak bizonyos formában lépnek kapcsolatba. Általában a kommunikációjukban nehezebben fejlődnek, például a beszéd lassabban indul be.

Az autista gyerek játéka sztereotíp és repetitív, a szimbolikus játék elmarad, nem tudja a képzeletét használni. Sztereotíp mozgásokat végez: kezét lengeti, forog körbe, lábujjhegyen jár, ez képezi az ő játékát. Szereti a rutint, ha újdonsággal szembesül, nem tudja kezelni, ideges lesz, minden új stimulus zavarja, például hangok, fények, idegenek. Ugyanakkor az autisták nagyon ragaszkodnak a megszokotthoz, az állandósághoz, minden, ami új, szokatlan, rugalmasságot feltételez, az nehezükre esik.

A Parkinson-kór már az ember születése előtt elkezdődhet

A Parkinson-kór eredete a születés előttre vezethető vissza azoknál az embereknél, akiknél 50 éves koruk előtt fejlődik ki a degeneratív idegrendszeri betegség amerikai kutatók tanulmánya szerint.

A Cedar-Sinai Egészségközpont kutatói a Nature Medicine tudományos folyóiratban megjelent tanulmányukban kimutatták, hogy ezek az emberek rendellenes agysejtekkel születtek, ami évtizedeken át észrevétlenül maradt – olvasható a Phys.org tudományos-ismeretterjesztő hírportálon.

A Parkinson-kór egy neurodegeneratív idegrendszeri betegség, amely a dopamint termelő sejtek fokozatos pusztulásával jár. Az idők során egyre súlyosbodó tünetei a mozgás lelassulása, az izmok merevsége, remegés, egyensúlyvesztés. Az esetek többségében a neuronok pusztulásának pontos oka nem ismert, és a betegségre nincs gyógymód.

Az amerikai kutatók tanulmányukban fiatal Parkinson-kóros betegek vérsejtjeiből hoztak létre indukált pluripotens őssejteket, amelyek képesek bármilyen más sejtté, szövetté átalakulni. Ezeket a speciális őssejteket dopamint termelő idegsejtekké alakították, és laboratóriumban tenyésztve vizsgálták a neuronok működését.

A kutatók két kulcsfontosságú rendellenességet állapítottak meg a dopamint termelő neuronokban. Az egyik az úgynevezett alpha-synuclein fehérje felhalmozódása, amely a Parkinson-kór egyik fő jelének tartott struktúra, a Lewy-testek kialakulásához vezet.

A másik a lizoszómák rendellenessége, ezek olyan sejtstruktúrák, amelyek a sejtek számára szemetesvödörként működnek a fehérjék lebontásához és a tőlük való megszabaduláshoz. Ez a rendellenesség okozhatja az alpha-synuclein felhalmozódását.

„Amit ezen új modell használatakor láttunk, azok a Parkinson-kór fiatalkori megjelenésének első jelei. Úgy tűnik, hogy a dopamint termelő idegsejtek ezeknél a betegeknél 20-30 éven át bántalmazták az alpha-synuclein fehérjét, ami a Parkinson-kór tüneteinek a megjelenését eredményezte” – magyarázta Clive Svendsen, a tanulmány egyik vezetőszerzője.

A kutatók az őssejtmodell felhasználásával egy sor gyógyszert teszteltek, amelyek esetleg visszafordíthatják az általuk megfigyelt rendellenességet. Találtak egy olyan gyógyszert, amelyet az amerikai élelmiszer- és gyógyszerbiztonsági hatóság (FDA) már engedélyezett bőrrák előtti állapot kezelésére. Ez a szer csökkentette az alpha-synuclein szintjét mind a dopamint termelő neuronokban, mind egérkísérletekben.

A kutatók további kutatásokat terveznek, hogy megállapíthassák, vajon ezek a fiatalkori Parkinson-kórra jellemző rendellenességek a betegség más formáiban is léteznek-e.

A prosztatarák a leggyakoribb daganatos betegség Nagy-Britanniában

A prosztatarák lett a leggyakrabban diagnosztizált daganatos betegség Nagy-Britanniában, először előzte meg a mellrákos esetek számát.

A BBC hírportálja felidézte, hogy 2017-ben még nyolcezerrel kevesebb, mintegy 42 ezer volt a regisztrált prosztatarákos esetek száma. A brit közegészségügyi szolgálat (NHS) szerint a jelentős növekedést azért mérték, mert több férfi ment el szűrővizsgálatra. Ez részben olyan sztárok kiállásának köszönhető, mint Stephen Fry brit színész-műsorvezető és Bill Turnbull újságíró és rádiós műsorvezető, akik személyes példájukkal ösztönözték a férfiakat a szűrővizsgálaton való részvételre.

A hivatalos brit adatok alapján 2018-ban 316 680 daganatos beteget diagnosztizáltak, ami napi 868 új esetet jelentett. A diagnosztizált betegek közül 49 029 szenvedett prosztatarákban, 47 476 pedig mellrákos volt.

Korábban a mellrák számított a leggyakoribb rákos megbetegedésnek Nagy-Britanniában.

A BBC korábbi műsorvezetője, Bill Turnbull 2018 márciusában hozta nyilvánosságra, hogy prosztatarákja van. Az újságíró mindenkit arra bátorított, hogy menjenek el szűrésre. Mint mondta: ha korábbi stádiumban fedezték volna fel a prosztatarákját, sokkal jobb állapotban lenne, hiszen a daganatos betegség közben már átterjedt a csontjaira is.

Stephen Fry 2018 februárjában beszélt a közönségnek arról, hogy prosztatarákműtéten esett át. Mint mondta: szerencsére még időben diagnosztizálták, úgyhogy gyógyulóban van.

Az NHS vezetője szerint Fry és Turnbull figyelmeztetése miatt nőtt meg a szűrővizsgálatra jelentkezők száma.

Peter Johnson, a Southhamptoni Egyetem onkológus professzora hangsúlyozta, hogy a szűréssel már korai stádiumban észlelhető a betegség, amikor a kezelések hatékonyabbak és a túlélési arány a legmagasabb.

Sebastian Brant, XV-XVI. századi német író, költő egyik szentenciáját idézzük a rejtvény fősoraiban.

1. AB... (HARAGOSAN) — FOLYADÉK / NÉMET NÉPCSOPORT — TAGADÓSZÓ — FÉL ZSÁK! — ETIL... (ALTATÓANYAG) — KERESZTÜL / SZERTARTÁS — A LAKÁSÁN — ÉSZAKI APRÓPÉNZ — FRANCIA RT. — KISEBB GYÁR — VERMET KÉSZÍT / CSÜNGET — NÉMET AUTÓMÁRKA — DOLOG, TÁRGY (LATIN) — KERTI SZERSZÁM

K — A

FÁBA VÉS — KÉSŐI ISKOLA / OMSZK KIS FOLYÓJA — PÉNZÉRTÉKET SZABÓ / IZLANDI DALGYŰJT. — D-AM. MEZŐG. MUNKÁS / ÉNEKESMADÁR

VÖRÖSMARTY-EPOSZ / IRÁNI LOVAS NÉP — ATTILA NÉVVÁLTOZATA / SZÉGYELL — PÖSZMÉTE / PÁRT ÖSSZEAD — SPANYOL AUTÓJEL / REÁLIS

2. M — TÖMEGESEN LEVÁG — ELEMI PARÁNY / SVÁJCI ÍRÓ (CLAUDE) — KIS BOLT / JÓKAI-HŐSNŐ — MÁZFÉLE / ...BREUGNON (R. ROLLAND) — VÁMHATÁROK! / ŐRÖL

AZ EGYIK PINCÉR — LATIN ÉS / ARRA A MÁSIK HELYRE — A SZÉLEIN SZED! / ZOKOG — CSAK FÉLIG! / SPANYOL ÚR — TANGENS (RÖV.) / ANTE MERIDIEM (RÖV.) — ÉNEK / RÓMAI 501

MI AZ HOGY — HÁBORGAT / KUKORI — INDIAI KIRÁLY V. / VALAMIRE VIGYÁZÓ — OTT LENT (NÉP.) / SZIGET (OLASZ)

A KÉT ... (JÓKAI) — KÖRNYEZET / KOLÓNIA — EGYSZERŰ, DE ALAPVETŐ / BECÉZETT ILONA — VAJ VAN ILYEN / HANGA

CSERE — KORALLZÁTONY / RÓMAI 4 — ...DASZAJEV (OROSZ FOCIKAPUS) / MAGAD — A CSEL LÉNYEGE! / A TELLÚR VEGYJELE — ERŐSEBB A KIRÁLYNÁL / ROMROMOK!

TOVA / SODRÁS — JAP. FESTŐ (MASZUO) / SÉMI NÉP — MEG NEM ENGEDETT / POGÁNY FELKELŐ (XI. SZ.) — BOSSZÚT ÁLL / HÍM MADÁR — EGYETLENEM! / EL NEM TÁVOZÓ

BELGRÁD HEGYE / SZIGNÁL — MOHAMEDÁN FŐMINISZTER / VELESZÜLETETT — KELETI SZŐTTES / KÖNNYEZÉS — MÁTÓL KEZDVE! / IDEGEN SÁRA

... AVION (LÉGIPOSTA) — SZINTÉN NE / FR. FOCIS (RAYMOND) — A NÁTRIUM VEGYJELE / FR. ÍRÓ (PIERRE) — MAGUK / DUGI... (HORVÁT SZIGET) — CSAK A KÖZEPÉN! / SZAMOAI PÉNZ — AKKOR KORTALAN! / AUTONÓM TERÜLET (RÖV.) — CÍMERMADÁR / NÉPES ÁLLAM

FORMA — FENNSÍK / MÉHCSAPAT — ERKÖLCSTAN / HORDÓMÉRTÉK — SZÁNDÉKOZIK / KALUGA FOLYÓJA — EXVILÁGBAJNOK LETT SAKKOZÓ

SÁTORVÁROS — BECÉZETT NAGYAPA / NÉMA RÁC! — GABONÁT BETAKARÍTÓ / ADY EGYIK ÁLNEVE — AKTA / AZ ALUMÍNIUM VEGYJELE

RÓMAI HAT — JÁTSZMA / JOULE (RÖV.) — HIBÁZTATÁS / NÉVELŐ — ÉSZAKAMERIKAI ÁLLAM / FÉLÉV!

L.N.J. — A — NEM ISMERT HELYEN

Január 23-i rejtvényünk megfejtése: ***Testi fájdalom csak a lelki fájdalmad büntetése és tükörképe.***

Európai focikörkép

* Angol Premier Liga, 24. forduló: Bournemouth – Brighton & Hove Albion 3-1, Aston Villa – Watford 2-1, Everton – Newcastle United 2-2, Leicester – West Ham United 4-1, Sheffield United – Manchester City 0-1, Wolverhampton – Liverpool 1-2, Manchester United – Burnley 0-2, Chelsea – Arsenal 2-2, Tottenham – Norwich 2-1, Crystal Palace – Southampton 0-2. Az élcsoport: 1. Liverpool 67 pont/23 mérkőzés, 2. Manchester City 51/24, 3. Leicester 48/24.

* Spanyol La Liga, 21. forduló: Alavés – Villarreal 1-2, Atlético Madrid – Leganés 0-0, Celta Vigo – Eibar 0-0, Espanyol – Athletic Bilbao 1-1, Getafe – Betis 1-0, Osasuna – Levante 2-0, Real Sociedad – Mallorca 3-0, Sevilla – Granada 2-0, Valencia – FC Barcelona 2-0, Valladolid – Real Madrid 0-1. Az élcsoport: 1. Real Madrid 46 pont, 2. FC Barcelona 43, 3. Sevilla 38.

* Olasz Serie A, 21. forduló: Torino – Atalanta 0-7, SPAL – Bologna 1-3, Inter – Cagliari 1-1, Fiorentina – Genoa 0-0, Napoli – Juventus 2-1, AS Roma – Lazio 1-1, Hellas Verona – Lecce 3-0, Brescia – AC Milan 0-1, Sampdoria – Sassuolo 0-0, Parma – Udinese 2-0. Az élcsoport: 1. Juventus 51 pont, 2. Inter 48, 3. Lazio 46.

* Német Bundesliga, 19. forduló: Eintracht Frankfurt – Lipcsei RB 2-0, Brémai Werder – Hoffenheim 0-3, Bayer Leverkusen – Fortuna Düsseldorf 3-0, Wolfsburg – Hertha BSC 1-2, Mönchengladbach – Mainz 3-1, Bayern München – Schalke 04 5-0, Union Berlin – Augsburg 2-0, Borussia Dortmund – 1. FC Köln 5-1, Freiburg – Paderborn 0-2. Az élcsoport: 1. Lipcsei RB 40 pont, 2. Bayern München 39, 3. Mönchengladbach 38.

* Francia Ligue 1, 21. forduló: AS Monaco – Strasbourg 1-3, St. Etienne – Nimes 2-1, Nantes – Bordeaux 0-1, Montpellier HSC – Dijon 2-1, Nice – Stade Rennes 1-1, Lyon – Toulouse 3-0, Olympique Marseille – Angers 0-0, Lille – Paris St. Germain 0-2, Brest – Amiens SC 2-1, Reims – Metz 0-1. Az élcsoport: 1. Paris St. Germain 52 pont, 2. Olympique Marseille 42, 3. Stade Rennes 37.

Ezer méteren is kettős magyar siker a gyorskorcsolya-Eb-n

Ahogy szombaton 500 méteren, úgy vasárnap 1000 méteren is kettős magyar siker született a debreceni Főnix Csarnokban zajló rövid pályás gyorskorcsolya-Európa-bajnokságon: az aranyérem Liu Shaolin Sándoré lett, míg az ezüstöt öccse, Liu Shaoang szerezte meg.

A Ferencváros 24 éves versenyzője pályafutása hatodik Európa-bajnoki címének örülhetett, ezen a távon pedig 2017 után másodjára diadalmaskodott. Ezüstérmével a 21 esztendős Liu Shaoang megőrizte vezető helyét összetettben. Mögöttük harmadikként a címvédő orosz Szemjon Jelsztratov ért célba.

A finálában a szokottnál többen, hatan szerepeltek az elődöntős továbbjuttatások miatt, a legnagyobb riválisnak pedig Jelisztratov ígérkezett, rajta kívül még két holland és egy olasz ellenfele volt a Liu fivéreknek.

Az első körökben sok előzgetés történt, de a magyarok végig az első három helyen helyezkedtek. Amikor „megnyugodott" a futam, s mindenki beletörődött a maga pozíciójába, körökön át Jelisztratov vezetett Liu Shaolin és Liu Shaoang előtt. Féltáv után viszont a magyar testvérpár elérkezettnek látta az időt, hogy élre álljon, s a közönség ovációja közepette egy körön belül egymás után megelőzték Jelisztratovot, akit jól ismernek, mivel egész nyáron együtt készültek. A hajrában senki és semmi nem veszélyeztette a magyarok kettős diadalát, ugyanis olyan tempóban száguldottak a jégen, hogy Jelisztratov kissé leszakadt, azaz egy pillanatra sem volt támadási pozícióban, de a harmadik helyét megvédte. A magyar testvérpár ötödször aratott kettős diadalt az Eb-ken: 2017-ben éppen 1000 méteren, tavaly Dordrechtben 500 és 1500 méteren, míg Debrecenben 500 és 1000 méteren.

A magyar válogatott négy arany- és három ezüstéremmel zárta a kontinensviadalt.

Fotó: M4 Sport

Mindkét magyar váltót kizárták

Mindkét magyar váltót kizárták a döntőben, így a férfi és a női staféta is negyedikként zárt a rövid pályás gyorskorcsolya-Európa-bajnokságon.

A Liu Shaolin Sándor, Liu Shaoang, Krueger Cole, Krueger John-Henry összeállítású négyes címvédőként lépett jégre, és hiába haladt át elsőként a célvonalon, Liu Shaolin szabálytalansága miatt a zsűri elvette a győzelmet. A döntőben, az 5000 méteres távon az utolsó váltásnál szinte fej fej mellett haladt a holland, a magyar és az orosz váltó, így rendkívül kaotikussá vált a szituáció, amelynek során az élre álló Liu Shaolin keresztbe korcsolyázott Jelisztratov előtt. Az idősebbik Liu fivér ugyan megtartotta vezető helyét a célig, de a zsűri hosszas tanácskozás után szabálytalannak találta a manőverét, így az oroszokhoz került az aranyérem.

A versenyből kizárt magyar csapat tagjai: John-Henry Krueger, Cole Krueger, Varnyú Alex, Liu Shaolin Sándor és Liu Shaoang. Fotó: Illyés Tibor/MTI/MTVA

A női négyesben Jászapáti Petra, Lockett Deanna, Sziliczei-Német Rebeka és Bácskai Sára Luca lépett jégre. A hazai staféta a 3000 méteres táv elején a negyedik helyen utazott az olasz, a címvédő holland, valamint az orosz csapat mögött. Amikor Bácskai megpróbált előzni, kilökte orosz vetélytársát. Közben az élre álló hollandok fokozták a tempót, amelynek nyomán a magyarok leszakadtak. Az olaszok ugyan tudtak tapadni, de előzésre esélyük sem volt, így Suzanne Schulting a lehetséges öt aranyból mindet megnyerte. A magyarok hiába értek harmadikként célba, nem örültek, mert érezték, hogy a zsűri kizárja őket, és ez így is lett, az oroszoké lett a bronzérem.

A Ferencváros könnyed győzelmével indult a tavaszi szezon

A címvédő és éllovas Ferencváros könnyedén, 4-0-ra verte meg a vendég Paks gárdáját a magyar labdarúgó OTP Bank Ligában a tavaszi idény és a 17. forduló nyitómérkőzésén szombaton.

A Paks megerősített, ötvédős felállással kezdett ugyan, ám a hazaiak a harmadik perc felénél már a második helyzetüket dolgozták ki, és Isaellel ellentétben Zubkov nem hibázott. A folytatásban szinte kizárólag a Ferencváros birtokolta a labdát, de játékosai a közepes tempó mellett megelégedtek a labdatartással, a kaput nem veszélyeztették. A paksiak ritka akcióinak legtöbbje már a félpálya környékén elhalt, Dibusznak csupán néhány rutinfeladatot kellett megoldania. A szünet előtt Boli góljával váratlanul megduplázta előnyét a házigazda.

Az 51. percben Isael beadásnak szánt szabadrúgása kötött ki Rácz kapujában, majd tíz perc alatt négy paksi sárgult be, Zubkov pedig a 65. percben látványos akció lezárásaként a második gólját is megszerezte. A hátralévő időben kijött a szorításból a Paks, ám nem tudott veszélyes akciókat vezetni, a hazai helyzetek pedig kimaradtak.

A bajnokságban a Ferencváros veretlenségi sorozata immár 14 meccs óta tart, pályaválasztóként pedig már 45 találkozóján nem talált legyőzőre. A Tolna megyeiekkel szemben a fővárosiak négy mérkőzés óta tartó nyerő szériában vannak, a gólkülönbség pedig 14-0 a javukra.

A ferencvárosi Isael Barbosa (b) és Kecskés Tamás, a paksi csapat játékosa a labdarúgó OTP Bank Liga 17. fordulójában játszott Ferencvárosi TC – Paksi FC mérkőzésen a Groupama Arénában 2020. január 25-én. Mögöttük: Kulcsár Dávid. Fotó: MTI/Koszticsák Szilárd

Jegyzőkönyv

Labdarúgó OTP Bank Liga NB I, 17. forduló: Ferencvárosi TC – Paksi FC 4-0 (2-0)

Budapest, Groupama Aréna, 8075 néző, vezette: Iványi.

Gólszerző: Zubkov (3., 65.), Boli (43.), Isael (51.).

Sárga lap: Sigér (19.), illetve Lenzsér (53.), Kecskés (57.), Poór (61.), Szabó J. (62.).

Ferencváros: Dibusz – Lovrencsics, Blazic, Otigba, Civic – Haratin, Sigér (Vécsei, 77.) – Zubkov (Varga R., 70.), Isael, Nguen (Lodico, 70.) – Boli.

Paks: Rácz – Kulcsár D., Lenzsér (Szélpál, 83.), Gévay, Poór, Szabó J. – Balogh B., Kecskés (Szakály D., 60.), Bertus – Könyves (Szendrei, 73.), Böde.

Eredményjelző

OTP Bank Liga NB I, 17. forduló: Ferencvárosi TC – Paksi FC 4-0, MOL Fehérvár FC – Budapest Honvéd 0-0, Mezőkövesd Zsóry FC – Kisvárda Master Good 1-0, ZTE FC – Diósgyőri VTK 1-3, Kaposvári Rákóczi FC – Puskás Akadémia FC 1-1, Debreceni VSC – Újpest FC 4-0.

A tabella

1. Ferencváros	16	12	3	1	33-14	39
2. Fehérvár FC	17	10	3	4	31-17	33
3. Mezőkövesd	17	9	4	4	21-13	31
4. Puskás AFC	17	7	5	5	27-21	26
5. Honvéd	17	7	4	6	19-20	25
6. Újpest	17	7	3	7	23-26	24
7. Debrecen	16	7	1	8	29-30	22
8. Diósgyőr	17	7	1	9	19-25	22
9. Kisvárda	17	6	2	9	18-23	20
10. Paks	17	5	2	10	20-33	17
11. ZTE	17	4	5	8	24-25	17
12. Kaposvár	17	3	1	13	16-33	10

Újra Lanzafame a legjobb mezőnyjátékos

Az előző két évadhoz hasonlóan a 2018/19-es idényben is az olasz Davide Lanzafamét választották meg a legjobb mezőnyjátékosnak az OTP Bank Ligában a Hivatásos Labdarúgók Szervezetének (HLSZ) szavazásán. A díjátadás a HLSZ hétfői közgyűlésének záróeseménye volt. A hivatásos futballisták körében rendezett voksoláson hat férfi- és két női kategóriára szavazhattak.

A csatár az előző idényben még a Ferencvárosban szerepelt, amelyet gólkirályi címmel segített bajnoki címhez. A legjobb kapus szintén a zöld-fehérektől került ki Dibusz Dénes révén. A legjobb külföldön játszó magyar futballista Gulácsi Péter, a Lipcsei RB hálóőre lett, míg a legjobb 21 éven aluli labdarúgónak Szoboszlai Dominikot, a Salzburg középpályását választották. Az NB II legjobbjaként a Vasast erősítő Balajti Ádám végzett, míg az edzők között a korábbi debreceni mester, Herczeg András kapta az elismerést.

Fotó: NSO

Az NB I álomcsapatába öt-öt játékos került az aranyérmes Ferencvárosból és az ezüstérmes MOL Fehérvárból, az egyetlen „kakukktojás" az előző idényben a Budapest Honvéd színeiben társgólkirály Holender Filip az együttesben.

Az OTP Bank Liga 2018/19-es szezonjának álomcsapata: Dibusz Dénes (Ferencváros) – Loic Nego (MOL Fehérvár FC), Juhász Roland (MOL Fehérvár FC), Miha Blazic (Ferencváros), Stopira (MOL Fehérvár FC) – Kovács István (MOL Fehérvár FC), Sigér Dávid (Ferencváros), Pátkai Máté (MOL Fehérvár FC) – Davide Lanzafame (Ferencváros), Böde Dániel (Ferencváros), Holender Filip (Budapest Honvéd).

Harminc éve kezdődött

Szép, ízlésesen kidolgozott, meghívószámba menő belépőkkel hirdette meg a Lorántffy Zsuzsanna Kulturális Egyesület fennállásának 30. évében, hogy idén is megtartja a hagyományos táncvigalmi Zsuzsanna-bálját Marosvásárhelyen a Grand szálloda nagytermében.

Ha valaki harminc évvel ezelőtt, az első Zsuzsanna-bálunkon azt mondja, hogy ez a bál hagyománynyá válik, talán el sem hittük volna. Nem, mintha az akkori első nem nyerte volna el a vásárhelyiek tetszését, csak hát...

Aztán évről évre, harminc éven át megrendezésre került a bál, és a biztatások, visszajelzések, bátorítások hevében szárnyalni, terebélyesedni kezdett. A mostani Zsuzsanna-bálunkon 180 személy tisztelt meg jelenlétével, nem csak marosvásárhelyiek. Jöttek Svédországból, Budapestről, Kolozsvárról, Nyárádszeredából, Koronkából, Marosszentgyörgyről, sokan közülük visszatérő vendégeink. Megszerették a Zsuzsanna-bált, mert különleges hangulatú, egyedülálló esemény a maga nemében így, a januárok utolsó szombatjain. Hálásak vagyunk minden báli résztvevőnek!

Hagyományosan – és immár elmaradhatatlanul – bálunkat a szemet gyönyörködtető, szívet melengető palotással nyitottuk meg. A Bekecs Néptáncegyüttes nyomdokába lépve, idén a Füzesi Albert által vezetett marosvásárhelyi Napsugár néptáncegyüttes mutatta be ezt az ünnepélyes tartású, lovagias táncot, meghatározva a bál további derűs hangulatát. Következtek a motívumgazdag kalotaszegi táncok, szintén a Napsugár előadásában.

Háznagyunk, a nóta- és operetténekes dr. Buta Árpád Attila az est folyamán felcsendülő szebbnél szebb dalaival összekovácsolt régi és új ismeretségeket, majd mindenki bekapcsolódott egy-egy jól ismert dal éneklésébe, dúdolásába.

Az est meglepetése a szolnoki születésű, de erdélyi gyökerű Kacsó Hanga Borbála volt, a 2014-es Fölszállott a páva énekes kategóriájának győztese. A budapesti Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem ma már ötödéves hallgatója Bauer Krisztina közreműködésével válogatást adott elő kalotaszegi hajnali dalokból.

Vendégeinknek négy kisebb méretű, de annál értékesebb kiállítással is kedveskedtünk.

Dr. Madaras Sándor elhozta számunkra a magángyűjteményében fellelhető Kusztos Endre-grafikákat – mint mondta, egy emlékeztető kiállításra –, hogy továbbéltesse alkotásai által a nagy erdélyi művészt.

Vass Tünde divatékszereiből villantott fel számunkra egypár különleges formájú egyedi nyakláncot, fülbevalót, karkötőt, amelyekben pompás színkombinációkban és fényekben jelennek meg a tenger vagy az évszakok motívumai.

Lukács Andrea a Lukker kerámiákból hozott ízelítőt. Bevallása szerint ezeknek a csekefalvi agyagból, hagyományos fazekastechnikával, kézzel készített használati tárgyaknak van létjogosultságuk napjaink lakáskultúrájában, hisz célja a mindennapok szokásait apró esztétikai élménnyé formálni.

Szövérfi Zsuzsanna széki ruháiból kiválasztott kollekcióját mutatta be nekünk. Ezek a ruhák, kellékeikkel együtt – ha hétköznap nem is viselik őket –, ma is ott vannak minden széki házban, a ládában gondosan eltéve. Mint mondta, a női viseletből próbált úgy összeállítani darabokat, hogy látszódjon, ezek ma is nagyon elegánsak, mindenki által viselhetőek.

A következetesség jellemzi a bál védnökeként és az egyesület rendszeres támogatójaként a bálon mindig jelen lévő Takács családot, Bénit és Gyöngyit. De támogatóink is feltétel nélküli bizalommal ugornak segítségünkre, amikor megszólítjuk őket. Köztük volt ez alkalommal is dr. Vass Levente a Stúdium Alapítvánnyal, a borászok közül Illés Sándor a Prescom Kft.-vel, virágokkal Kardos Erzsébet az Oleander Garden Kft.-vel, és a gálfalvi Tóth, vagy a Molnár, a Kovács, az Eldi pékségek.

Nem hiányozhatott a tombola sem. 65 tombolatárgyat sorsoltunk ki, mindenki felderülésére. Tejtermékeivel beszállt a Gabriella tejfeldolgozó, hústermékeivel a Tordai húsfeldolgozó, virágokkal az Oleander Garden, tűzoltószettel a Fire Safety Kft., kozmetikumokkal és konyhaszerekkel az Amicus Prod Kft. és a Zimax, könyvekkel és CD-kel egyesületünk.

Hálásak vagyunk mindezekért, és köszönjük minden támogatónknak, szponzorunknak, mindenkinek, aki bármivel is hozzájárult a bál sikeréhez.

Az est folyamán köszöntöttük a Zsuzsannákat, valamint a januárban születetteket.

Természetesen egy bál sikerének elengedhetetlen feltétele a jó muzsika. A báli hangulatot megteremtve és azt fokozva szólaltatta meg zenéjét a Multi Vox együttes, szólistáival együtt.

Azok névsorában, akik különös gonddal viseltettek vendégeink irányában, meg kell említenünk a Grand vendéglő főnökét, Fărcaş Ioant, a bálunkat minden évben lelkesen üdvözlő, lebonyolításában részt vevő és a háttérből figyelő barátunkat, de a vendéglő főszakácsát és munkatársait is. Köszönjük nekik!

Mindezek után nem feledkezhetünk meg az eseményt megelőző sokheti szervezési munkáról sem, amelyből az elnökünk, Náznán B. Olga mellett kivettük részünket: Czika Mária, Incze Vanda, Lukács Erzsébet, Huszti Orbán Sarolta és jómagam is. Hívtunk, meghívtunk, kértünk, egyeztettünk fellépőkkel, támogatókkal, vendéglővel, résztvevőkkel.

Az elmúlt harminc évről szóló videónkat Ilyés Imre László segítségével állítottuk össze, fontosabb rendezvényeinket, tevékenységeinket próbáltuk feleleveníteni, bemutatni a báli közönségünknek is.

Megszakítások nélküli harminc év. Sok, kevés, nehéz, könnyű? Közönségünkre, vendégeinkre, elsősorban a vásárhelyiekre bízzuk, értékelje, döntse el mindenki szíve szerint.

A Lorántffy Zsuzsanna Kulturális Egyesület nevében
Fogarasiné Bereczki Irma

A gyerekek is kivették a részüket a munkából — Fotó: Domokos Gábor

Jubileumi disznóvágáson Kakasdon

Jubileumi disznóvágást tartottak múlt hét végén a magyarországi Kakasdon, ahol két megyénkbeli település is képviseltette magát.

Az idén huszadszorra rendeztek hagyományos disznóvágást a Tolna megyei településen, amikor is székely, sváb és felvidéki szokás szerint dolgozzák fel az „áldozati oltáron” kiszenvedett hízókat. A döntő pillanathoz a „szúrópálinka” elfogyasztásával merítettek bátorságot a hentesek, majd amint a perzselés megvolt, a leszedett disznókörmökbe öntött pálinkával koccintottak mindenki egészségére. Amíg az állatokat feldarabolták a Német Ház udvarán, a konyhában az asszonyok sürgölődtek, hogy reggelire hagyományos étkeket, sült vért és fokhagymás májat tehessenek az asztalra. Ezután kezdődött el a hús feldolgozása a különböző csoportok hagyományai és ízesítése szerint. Ebédre német saurest és erdélyi káposztalélevest is tálaltak, a legfinomabb fogásokat estére tartogatták. Ugyanis a disznótorra az egész falu hivatalos – meg is telt kora estére a Makovecz Imre tervezte faluház, ahol az ünnepi vacsora előtt a helyi székely Csillagösvény népdalkör és a sváb Német Nemzetiségi Kórus adott elő műsort, a sok finomság (sült hurka, kolbász, töltött káposzta és egyebek) elfogyasztását követően a napot hagyományos bállal zárták.

Schellné Simcsik Orsolya polgármester örömére a rendezvényen a fiatalabb korosztály is részt vett, az érdeklődő ifjak a két disznó perzselését, leforrázását, az állatok felbontását is figyelemmel kísérték, a hurka és a kolbász töltésében is segédkeztek, míg a kislányok a konyhán szorgoskodtak a nőkkel a vacsora előkészítésében, az asztalterítésben.

A rendezvényre idén is meghívták a falu testvértelepüléseit: Erdélyből Csíkfalváról és Székelykakasdról utaztak ki küldöttségek, továbbá a felvidéki Deákiból, valamint a németországi Radiborból s Tolna megye német testvérmegyéjéből, Bautzenből is. *(GRL)*

Szolgáltatás – Üzleti ajánlat

A VIM SPECTRUM KFT. alkalmaz SZÁMLÁZÁSÉRT és ADATFELDOLGOZÁSÉRT FELELŐS MUNKATÁRSAT. Önéletrajzát a következő e-mail-címre várjuk: vim@vimspectrum.ro Érdeklődni a következő telefonszámon lehet: 0365/801-804. (64469)

A KOVÁCS PÉKSÉG alkalmaz PÉKEKET, PÉKSÜTEMÉNY-KÉSZÍTŐKET 8 órás munkaprogrammal, előnyös munkabérrel (tel. 0744-403-114), valamint ELADÓNŐKET (tel. 0733-052-113). (21886)

A marosvásárhelyi székhelyű, dán tulajdonban lévő **INRECO ÉPÍTŐIPARI MAGÁNCÉG** alkalmaz GÉPKEZELŐT (betanítását vállaljuk), valamint TEHERGÉPKOCSI-VEZETŐT (C, E kategóriás jogosítvány és gépjárművezetői képesítési igazolvány szükséges). Amit kínálunk: igényes munkakörnyezet, stabil vállalati háttér, béren felüli juttatások, fiatal, dinamikus csapat. Amennyiben felkeltettük az érdeklődését, az önéletrajzát az inreco@inreco.ro e-mail-címre vagy a 0365/430-151-es faxszámra várjuk. Érdeklődni a 0365/430-150-es telefonszámon lehet. (64465-I)

COMPANIA AQUASERV

Közlemény

Románia az uniós csatlakozáskor vállalta az ivóvízellátás és szennyvízhálózat javítását, bővítését, ami az ezekhez való hozzáférést, a minőséget, valamint a lakossághoz eljutó ivóvíz biztonságos fogyasztását, illetve a természetbe jutó szennyvíz minőségét illeti. A beruházások, amelyek szükségesek ahhoz, hogy az ország eleget tudjon tenni a vállalt kötelezettségnek, messze meghaladják a helyi közösségek anyagi lehetőségeit.

Ezért a csatlakozást követő időszakban a romániai és az uniós intézmények megegyeztek a következőkben:

• Az ivóvíz- és szennyvízdíjszabásokat fokozatosan módosítják, figyelembe véve a lakosság jövedelmét, hogy az ne legyen túlságosan terhelő.

• Ezen emelt díjszabások függvényében számolják ki az üzemeltető saját hozzájárulását, a számlákból bejövő összegekből (illetve a hitel értékét, amit az üzemeltető fel tud vállalni).

• A többi beruházást vissza nem térítendő uniós alapokból, az állami költségvetésből, valamint az érintett települések helyi költségvetéséből biztosítják.

Ezen elvek alapján az Aquaserv vállalat a helyi önkormányzatokkal közösen ebben az időszakban gyakorlatba ülteti Az ivóvíz- és szennyvízhálózat bővítése, korszerűsítése Maros megyében elnevezésű projektet, amelynek összértéke több mint 110 millió euró (ebből 99 millió euró vissza nem térítendő támogatás), amiből hét városban (Marosvásárhely, Szászrégen, Segesvár, Dicsőszentmárton, Marosludas, Radnót és Székelykeresztúr), valamint 57 községben a következő beruházásokat eszközlik az ivóvíz-szennyvíz hálózatokon:

– hat vízüzem építése vagy korszerűsítése
– öt víztisztító állomás építése vagy korszerűsítése
– 160 km ivóvízhálózat felújítása vagy bővítése
– 90 km szennyvízhálózat felújítása vagy bővítése
– három tápvezeték felújítása vagy építése a Nyárádmentén, Nagysármás és Mezőbánd környékén
– szivattyúállomások felújítása és újak építése
– víztárolók felújítása és újak építése

Jelenleg az Aquaserv vállalatnál az egyik legalacsonyabb országszerte a víz- és szennyvízdíj: a 37. a 45 regionális szolgáltató közül.

Figyelembe véve Az ivóvíz- és szennyvízhálózat bővítése és korszerűsítése Maros megyében elnevezésű projekt gyakorlatba ültetéséhez szükséges feltételeket, amelyek értelmében módosítani kell a díjszabásokat, hogy biztosítva legyen a hozzájárulás, illetve a működtetési és karbantartási költségek fedezése, a finanszírozási kérelemnek megfelelően, és szem előtt tartva, hogy a díjakat utoljára 2016-ban módosítottuk, amióta 11,5%-os inflációt jegyeztek, szükség van a díjszabások módosítására, a következőképpen:

A szolgáltatás elnevezése	Régi díjszabás (héával)	Új díjszabás (heával)	Emelés
Az előállított, fogyasztóhoz juttatott ivóvíz	3,82	4,10	7,33%
Kanalizálás – háztartási szennyvíz tisztítása	3,24	3,44	6,17%

Az esővízkanalizálás díja nem változik.

A héa 9%.

A fenti díjszabásokat az érvényben lévő törvénykezés alapján állapítottuk meg. Az árakat jóváhagyta az illetékes hatóság, az ANRSC, a 2020. január 16-i 718477-es átirattal, és 2020. március 18-tól lépnek érvénybe.

Az Aquaserv vállalat

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

BÉRBEADÁS

LAKÓTÁRSNŐT keresek háromszobás lakásba, a November 7. negyedbe. Tel. 0748-114-370. (mp.-I)

MINDENFÉLE

IDŐSGONDOZÁST, betegápolást vállalok. Tel. 0754-482-276. (6256)

MOSÓGÉPEKET és hűtőszekrényeket javítok. Tel. 0755-825-502. (6274-I)

VÁLLALUNK tetőkészítést, tetőjavítást, csatorna- és lefolyókészítést stb. Tel. 0746-874-872. (6316)

VÁLLALUNK tetőfedést, ácsmunkát, szigetelést (polisztirénnel), készítünk bármilyen típusú teraszt fából. Kedvezmény 10%. Tel. 0735-288-473. (6315-I)

KÉSZÍTÜNK és javítunk tetőt és csatornát. Tel. 0752-377-342. (6303-I)

KÚTÁSÁST, -pucolást vállalunk, és kútgyűrűket árulunk. Tel. 0765-385-595. (6291)

VÁLLALUNK: tetőjavítást, tetőkészítést, csatorna- és lefolyókészítést, szigetelést, festést, hófogószerelést, teraszkészítést. Tel. 0759-467-356. (6004)

HÁZTETŐT KÉSZÍTÜNK cserépből vagy lemezből, és vállalunk bármilyen kisebb javítást. Tel. 0758-639-258, Csaba. (6221-I)

MEGEMLÉKEZÉS

Fájó szívvel emlékezünk VIGH LÁSZLÓRA halálának 4. évfordulóján. Emléke legyen áldott, nyugalma csendes! Szerettei. (62065–I)

Szomorú szívvel emlékezünk január 30-án id. SOÓS ÁRPÁD volt nyomdász gépmesterre, a drága jó férjre, apára, testvérre halálának 8. évfordulóján. Emléke legyen áldott, nyugalma csendes! Bánatos felesége és a rokonok. (6299-I)

Szomorú szívvel emlékezünk január 30-án drága édesapánkra, SZATMÁRI FERENCZRE halálának 8. évfordulóján. Legyen áldott és békés pihenésed! Felesége, Gizella és gyermekei: Attila, Gizella, Zsolt, Ildi, unokája, András és veje, Antal. (6312-I)

ELHALÁLOZÁS

Mély fájdalommal tudatjuk, hogy a szeretett férj, édesapa, nagyapa, dédnagyapa és após,

TÓTH LAJOS

a TCM volt építészmérnöke életének 86. évében csendesen megpihent.

Temetése 2020. február 1-jén, szombaton 11 órakor lesz a római katolikus temető alsó kápolnájából.

A gyászoló család. (6318-I)

Fájó szívvel tudatjuk, hogy a szeretett édesanya, nagymama, dédmama, anyós, az ákosfalvi

id. NAGY ROZÁLIA

(Szöcs)

életének 81. évében elhunyt. Temetése január 31-én, pénteken 12 órakor lesz a remeteszegi temetőben.

Gyászoló lányai, unokái, dédunokája, veje. (6320-I)

Szomorú szívvel búcsúzom nagymamámtól,

NAGY ROZÁLIÁTÓL.

Hosszú útra mentél,
búcsút nem intettél.
Isten nyugtasson!

Szerető unokád, Zsolt. (6319-I)

Fájdalommal tudatjuk, hogy a szeretett édesanya, nagymama, rokon,

özv. MARTON PAULINA

szül. Héjas

életének 86. évében csendesen megpihent.

Temetése január 31-én, pénteken 14 órakor lesz a marosvásárhelyi református temetőben. Emléke legyen áldott, nyugalma csendes!

A gyászoló család. (6336-I)

MCA Health Care
ORVOSI LABORATÓRIUM

www.health-care.ro Tel/fax: 0365-882747
Marosvásárhely, Tulipán utca 25. szám

TÁJÉKOZTATÓ

Tisztelt páciensek, tájékoztatjuk Önöket, hogy Marosvásárhelyen, a Tulipán utca 25. szám alatt működő MCA Health Care orvosi laboratórium rendelkezik a Maros megyei egészségbiztosítási pénztári alapból származó összeggel **ártámogatott (ingyenes)** orvosi analízisek elvégzésére! Ehhez szükséges küldőpapír a családorvostól/szakorvostól.

Az érdekelteket kérjük, hogy előjegyzés érdekében hívják a 0365-882-747-es telefonszámot hétfőtől péntekig 7–19 óra között.

Várjuk Önöket!

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

radio.kptv.ro
KPTV
THE ROCK STATION
radio.kptv.ro