

# VILÁG

1995. február



# TARTALOMJEGYZÉK

Bartha Zsuzsanna: Egészségügyünk kórképe	3
Simon László: 34 év a látássérültek lelki szolgálatában	
Beszélgetés a kamilliánus Wilfried Lutz atyával, az osztrák katolikus látássérültek lelkipásztoráva	4
Bartha Zsuzsanna: „Minél jobban ismerem az embereket, annál jobban szeretem az állatokat...”	7
Békés megyei hír — Gaika Olga: „Óh szép fenyő, óh jó fenyő, köszöntünk mi téged”	9
Jász-Nagykun-Szolnok megyei hír – Kelemen Pálné: Lesz-e vezetőjük?	9
Komárom-Esztergom megyei hír – Szendrei Anna: Közös karácsonyunk	10
Bayer Béla: A lélek húrjain ( <i>könyvpremier Bonyhádon</i> )	11
Lak István: Emlékük bennünk él	11
Hollósy Zoltán: Engem ne sajnáljon senki	13
Vak szerző műve – Dénes Géza: Viharban	14
Bartha Zsuzsanna könyvismertetője	
Szerelmünk opálgömbje ( <i>Bayer Béla: Nászingű Libánus</i> )	16
Dr. Domonkos János könyvismertetője:	
Az állatvilág enciklopédiája ( <i>Rovin Kerrov: A föld állatai</i> )	18
Csatlós Ildikó: Farsangi bál	20
Évfordulók nyomában – Lak István: Emlékezés Váci Mihályra	22
Kovács Pál: Barangolás régi hangszerek között ( <i>VI. rész</i> )	24
Törődjünk többet egészségünkkel!	
Bartha Zsuzsanna: Egészségünkre!	25
Bartha Zsuzsanna: Egy új „fegyver” az influenza ellen?	27
Balla Endre: Összefoglaló az 1994. évi Magyar Csörgőlabda Bajnokságról	28
Ínyenceknek – egészségesen!	30
Németh Tamás: Színes hírek	31
Meghívó	32
Felhívások, közlemények	33
Hirdetések	34

A Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségének havi folyóirata.  
 Felelős kiadó: Erhartné dr. Molnár Katalin. Kiadóhivatal: MVGYOSZ 1146 Budapest, Hermina út 47. Felelős szerkesztő: Bartha Zsuzsanna. Készült a Signatura Ipari Termelő és Szolgáltató Kft. nyomdájában 1750 példányban. Felelős vezető: Rózsavölgyi László. ISSN: 0209-6765.



Bartha Zsuzsanna

## Egészségügyünk kórképe

Hazánk sok tekintetben „gyengélkedik”: gazdaságilag éppúgy, mint állampolgárainak egészségi állapotát illetően. A mortalitási adatokat tekintve sajnos a világranglista élén állunk. A várható életkor – különösen a férfiak esetében – közel egy évtizeddel kevesebb, mint Japánban. A civilizáció számos „átka” arat népességünk soraiban, így a szív- és érrendszeri betegségek, a rák, a cukorbetegség, az alkoholizmus, magas a koraszülések száma... Nincs könnyű helyzetben és a jövőben sem lesz az anyagi gondokkal küszködő magyar egészségügy. A Magyar Újságírók Országos Szövetségében tartott sajtótájékoztatón egészségügyi kormányzatunk vezetői – dr. Kovács Pál népjóléti miniszter, Sándor László az Egészségügyi Pénztár elnöke és dr. Kökény Mihály államtitkár – az egészségesebb társadalom megvalósítását szolgáló elképzelésekről és az 1995. évi várható intézkedésekről szóltak.

### „Egyedül nem megy!”

Napjainkban már nemcsak az államnak vannak szociális és egészségügyi feladatai: kialakulóban a sok szereplőből álló egészségügy rendszere. Nemzetközi és nemzeti összefogásra van szükség ahhoz, hogy a magyar nemzet riasztó egészségi állapota javuljon. A magyar egészségügy hallatlan nagy ellentmondásokat hordoz magában, s ez egyben ellátási problémákat is jelent.

Az egészségügyi szolgáltatásokban nincs egyenlőség. Jelenleg a társadalombiztosítási önkormányzatok és a Népjóléti Minisztérium kapcsolatai „személyfüggők”, vagyis személyi, nem pedig törvényi garanciákon múlnak. Nem sikerült a szociális szférának többet juttatni az elmúlt évben, valamint jobb pozícióba kerülnie az egészségügynek. A nemzeti ügyé vált egészségügy számára 1995-ben a talponmaradás a cél. Mind a szociális és mind az egészségügy terén elindul az idén a rendszerátalakító munka. A társadalombiztosítással együttesen a népjóléti tárca továbbra is az otthon történő ápolási formát támogatja, valamint azt, hogy a házi-orvosi rendszer több befejezett ellátást biztosítson és hogy a kórházak a falaikon kívüli betegek irányába is nyújtsák ki „csápjait”. Azonban anyagi fedezet hiányában az idén még nem kerülhet sor valódi rendszerváltoztatásra az egészségügyben, mindössze kisebb lépésekre lehet számítani.

### Ésszerűtlen felhasználás

A magyar egészségügy működtetése (1994. évi adat): 171 milliárd forintba kerül. Nincs a világon még egy ország, ahol ilyen aránytalanul sokat fordítanak gyógyszer-támogatásra (65 milliárd forint).

Magyarországon túl sok gyógyszer-fogyasztanak, sokszor feleslegesen. Mindaddig, amíg egy országban közel három millió a nyugdí-



jas és 650 ezer ember menekült korhatár előtti nyugdíjazásba (69 milliárd a rokkantnyugdíjak összege egy évben), addig remélni sem lehet, hogy a pénzeszközök a magyar egészségügyi kormányzat céljainak legmegfelelőbbben kerülhetnek felhasználásra. Évente 40 milliárd forintot fizetnek ki táppénz címén. Összegezve tehát: rendkívül rossz struktúrában működik egészségügyünk.

Értelmes és általános szigorítások elengedhetetlenek, de ennél is fontosabb az ellenőrző funkció kiterjesztése: valóban indokolt-e, hogy ennyi rokkantnyugdíjas legyen? valóban indokolt-e ennyi táppénz? valóban indokolt-e ilyen mértékben kifizetni gyógyszer támogatásra pénzüsszegeket?

Az egészségügy vezetői úgy nyilatkoztak, hogy az erőforrásokat a krónikus betegségben szenvedők gyógyszerfogyasztásának támogatására kell koncentrálni: számukra próbálják a jövőben a leginkább elviselhetővé tenni a terhek növekedését. Egy alaplistát szándékoznak összeállítani, amely kb. 500 készítményt tartalmaz. Az azonos hatóanyagcsoportú gyógyszereken belül a drágább készítményektől az olcsóbbak felé szeretnék eltolni a fogyasztást oly módon, hogy a szegényebb rétegek számára is biztosítottak legyenek a gyógyszerhezjutás feltételei. A módosabb réteg pedig mindenféle korlátozás nélkül megveheti a drágább készítményeket. Az kétségtelen tény, hogy a jövőben az eseti megbetegedések alkalmával szükséges gyógyszerek a társadalom egészének többletterheket fognak jelenteni.

A múlt év végén tárgyalta a Parlament a pótköltségvetést. A módosító javaslatok hatására a népjóléti tárca pozíciói mintegy 2, 5 milliárd forintnyi összeggel javultak. Így a Magyar Vöröskereszt, illetve több fogyatékos- és beteggyógyászati egyesület nagyobb támogatást kapott az eredeti tervhez képest. Több pénz jutott az oltóanyagok beszerzésére is, amit az elmúlt hónapokban tapasztalt járványügyi veszély indokolt.

Az idei évre több az egészségügy és a szociálpolitika területét érintő rendelet megszületése és törvény tárgyalása várható, remélhetőleg mind-mind egy rosszul működő rendszer átalakítását szolgálva, hogy a jövő egy egészségesebb Magyarországra virradhasson.

\* \* \*

*Simon László:*

## 34 év a látássérültek lelki szolgálatában

*Beszélgetés a kamilliánus Wilfried Lutz atyával, az osztrák katolikus látássérültek lelkipásztorával*

1994. június 25-én ünnepelte fennállásának 25. jubileumát az Osztrák Katolikus Vak Apostolság, a Graztól 36 kilométerre lévő leibnitzi Katolikus Művelődési Otthonban, melyen én is jelen voltam, mint a magyar katolikus látássérültek részéről meghívott vendég.



Már előző este Ausztria minden tartományából megérkeztek a meghívottak, mert a vacsora után dr. Max Rossbacher úr, az Osztrák Katolikus Vak Apostolság főtitkára röviden megemlékezett az intézmény 25 éves tevékenységéről. Ezen az estén ismerkedtem meg a kamilliánus Wilfried Lutz atyával, aki a Felső-ausztriai Steierben található kórház lelkipásztoraként végzi hivatását. Emellett immáron 34. éve, hogy az osztrák katolikus látássérültek lelkipásztora is.

Június 25-én délelőtt az ünnepi Szentmisét Lutz atya Johann Weber, grazi püspökkel együtt celebrálta.

1994. szeptember 26-30-a között a világi kamilliánus közösségek számára rendezett kezdő kurzuson vettem részt a Jezsuita Lelki Gyakorló Házban Dobogókőn, melyet a Felső-Ausztriában élő, magyar származású Bots Antal atya tartott. Tőle tüzesebben érdeklődtem arról, hogyan élnek, mit csinálnak a kamilliánus szerzetesek? Antal atya, mint a Losensteinleiteiben lévő kamilliánusok tartományfőnöke meghívott engem a kolostorba, hogy betekintést nyerhessek a szerzetesek életébe.

1994. október 14 – december 17-e között tartózkodtam a losensteinleiteni kamilliánus kolostorban. A kamilliánus atyák minden hét szerdáján találkoztak a kolostorban, hogy beszámoljanak egymásnak lelkipásztori tevékenységükről.

Kéthónapos tartózkodásom alatt lehetőségem nyílt jobban megismerkedni és sokat beszélgetni Wilfried Lutz atyával. Egy alkalommal sikerült őt mikrofonvégre kapnom, hogy beszéljen a látássérültek javára végzett munkájáról.

– *Kedves atya, meséljen magáról a magyar látássérülteknek!*

– Szeretettel köszöntöm magyar látássérült barátaimat, ismeretlenül is. Már 34 éve vagyok az osztrák katolikus látássérültek országos lelkipásztora. Azt vettem észre magamon, hogy amióta a látássérültekkel foglalkozom, egy nagyon vidám ember lett belőlem. Az egyik látássérült testvértől hallottam egy alkalommal: Számomra a fény öröm, melyet a szívünkben kell hordoznunk és megőriznünk.

– *Hogy került kapcsolatba Wilfried atya a kamilliánus renddel?*

– 1947 előtt, a véletlennek köszönhetően kerültem kapcsolatba a kamilliánus renddel, amely Ausztriában már akkor is egy nagyon ismert rendnek számított. Tudomásomra jutott, hogy Tirolban van egy gimnázium, melyet a kamilliánusok tartanak fenn. Olyan diákok tanultak itt, akik a magyar határ közeli Burgenland magyar szülőttei voltak. Ma ők Ausztriában kamilliánusokként végzik hivatásukat, mint én.

– *Hogy került kapcsolatba az atya a látássérültekkel?*

– 1961-et írtunk, amikor én még a bécsi Rudolf Kórházban működtem, mint lelkipásztor. Az egyik nap arra kértek meg, hogy vállaljam el a bécsi katolikus látássérültek lelki gondozását. Ekkor kerültem kapcsolatba Bruno Heinisch úrral, a bécsi Katolikus Vak Apostolság vezetőjével, illetve az általa vezetett Mária Légió közösségével. Ettől fogva sorozatosan látogattam a vakokat az intézetben és otthonaikban. Embertől emberig jártam, amit már akkor is nagyon fontosnak tartottam, mivel szorosan hozzátartozik lelkipásztori

munkámhoz. Megkezdtem hitoktatásokat, mely az egyik legfontosabb eleme lelkipásztori tevékenységemnek. Emellett még lelki gyakorlatokat, zárandoklatokat és több európai vakok találkozóját is szerveztem. Minden évben felkészítettem látássérült híveimet az adventra, a karácsonyra.

– *Említette, hogy a látássérültek országos lelkipásztora. Milyen feladatokat jelent ez még?*

– Most, hogy a feladataimról beszélek, meg kell említenem, hogy én a látássérülteknek nemcsak egy lelki pásztor vagyok, hanem kísérő is. Megpróbálom lehetővé tenni, hogy a látássérültek közelebb kerüljenek egymáshoz, hogy minden nap találkozhassanak Felső-Ausztriában éppúgy, mint a többi tartományban. Feladataim teljesítése során arra is törekszem, hogy a látássérültek látó embertársaikkal is érintkezzenek. Azt tartom a legfontosabbnak, hogy a látó emberek próbálják megismerni a vakok életét és világát, s hogy mindenkit világnézetétől függetlenül tudjanak értékelni.

– *Tudomásom szerint az Osztrák Katolikus Vak Apostolság különféle egyházi rendezvényeket szokott szervezni az év folyamán, melynek Ön is lelkes szervezője és egyben résztvevője.*

– *Melyek ezek a rendezvények?*

– 220 felett van azon rendezvények száma, melyeket a látókkal együtt szerveztünk. Így pl. a tandem túra, a hegymászás, a síelés. A látássérültek ekképpen a látókkal együtt élvezhetik a természetet és a közös együttlét örömét.

– *Kedves Wilfried atya, mit üzen a magyar látássérülteknek?*

– Kedves magyar látássérült barátaim! Tudjátok, ha egy látássérült a hivatása és a családi kötelezettségei mellett igyekszik szabadidőt is teremteni a maga számára, akkor ez az idő értelmes és hasznos. Szív-ből kívánom a magyar látássérültek közösségeinek, hogy tagjaik sok mindent tudjanak megvalósítani, hogy értékes tagjai legyenek a társadalomnak. Kívánom, hogy bizonyítani tudják, sok jó sugárzik ki belőlük a látók felé a nagy világba, mert mindenütt, ahol az emberek egymásra találhatnak, ott remény terem, amely meghatározhatja világunk békéjét és jövőjét. Végül, kívánom a magyar látássérültek közösségeinek, hogy Krisztus lelke vezérelje őket és megfelelő szociális támogatásban részesüljenek, amely épp oly fontos a mai Magyarországon, mint az erkölcs.

– *Kedves atya! Mik a terve a jövőt illetően?*

– Örölnék, ha sok magyar látássérülttel kapcsolatba kerülhetnék, hogy azokat, akik beszélnek a német nyelvet összehozhassam osztrák sorstársaikkal. Az Ausztriában a látássérültek részére megrendezendő szabadidős programokon való viszontlátás reményében búcsúzóul tőletek kedves magyar látássérült barátaim.

– *Mindazok, akik szeretnének kapcsolatba kerülni az atyával és rajta keresztül az osztrák látássérültekkel, hol jelentkezhetnek?*

– Minden hét szerdáján a losensteineni kamilliánus kolostorban elérhetnek telefonon vagy a következő címen: P Wilfried Lutz Losensteinleinten 1 A–4493 Wolfern. Telefon: 00-43-7253-76710.

– *Köszönöm a beszélgetést.*

*Bartha Zsuzsanna*

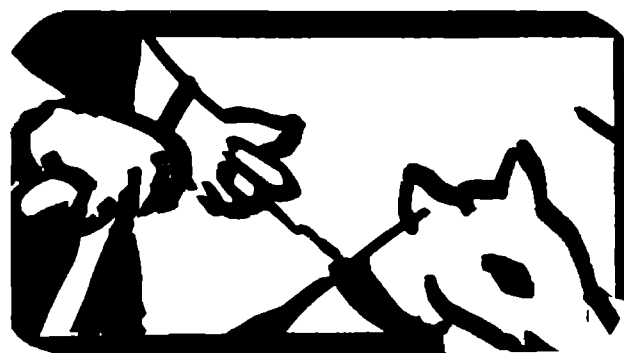
**„Minél jobban ismerem az embereket, annál jobban szeretem az állatokat...”**

G. B. Shaw több évtizede már, hogy leírta a fenti gondolatot, nem is sejtve, hogy századunk végén aktuálisabban fog hangzani, mint valaha. Egyre többen – különösen a városokban – tartanak valamilyen kedvenc állatot, érzelem és szeretet nélküli világunk megszépítésére. Talán nem véletlenül társként a kutyát választják a leggyakrabban, miután ősidők óta hűséggel szolgálja az embert. Az I. világháború pusztításait követően Németországban a kutyát „felfedezik” a vak ember számára is. A föld fejlettebb országaiban mindenütt komoly szerepet játszik a vakvezető kutyák képzése a látássérült emberek közlekedési gondjainak megoldásaként. Hazánkban a 70-es évek „viharai” után 1980-tól ismét folyamatos az MVGYOSZ égisze alatt a vakvezető kutyák képzése. 1994. november 12-én egy öt esztendeje újjáalakult érdekvédelmi tömörülés, a Vakvezető Kutyával Közlekedők Szakosztálya (VKKSZ) tartotta vezetőségválasztó taggyűlését. Hubay Bertalan elnök beszámolójában a múlt és a jelen eredményeit, a megoldásra váró tendőket összegezte.

## História dióhéjban

A Vakvezető Kutyával Közlekedők Szakosztálya 1979-ben alakult, mint olyan érdekvédelmi szervezet, amely célul tűzte ki a vakvezető ku-

tyaképzés újbóli beindulását. A sikeres „csatározás” eredménye, hogy közel másfél évtizede folyamatos a képzés. Tagadhatatlan, a szövetség, az iskola és a szakosztály együttműködésében évekig feszültségek és zavarok mutatkoztak. 1989. november 29-én a VKKSZ 28 taggal újjáalakult. Azóta a szakosztály töretlen hittel és erővel próbálja képviselni tagjai érdekeit. Évenként taggyűlést tartanak, ahol a VKI vezetője is tájékoztatást ad az iskola tevékenységéről. A kidolgozott és elfogadott működési szabályzat szellemében végzi munkáját a VKKSZ, szem előtt tartva a vakvezető kutyával közlekedők és az iskola támogatását gyakorlati, elméleti és pénzügyi vonatkozásban egyaránt. Negyedévente vezetőségi ülést tartanak, ahol az iskolát Vasteleki Péter, a szövetséget pedig Cserna Sándor hivatalvezető helyettes képviseli. Jelentős segítség a VKKSZ részéről a kutyák „bepülése”, azaz az átadás előtti kipróbálás és tesztelés. Az új gazdikkal az összeszoktatás alatt rendszeresen találkoznak a VKKSZ vezetői, átadva tapasztalataikat és ismereteiket. A vakvezető kutyát igénylők besorolásában, elbírálásában aktívan részt vesz a szakosztály. Külön köszönet illeti Pocsai Istvánt – a vezetőség tagja –, aki



évek óta ingyenesen szerzi be a szükséges kutyafelszerelést. Budapesten az Állatorvosi Egyetemmel, de ugyanígy sok vidéki városban is sikerült megállapodni a vakvezető kutyák ingyenes gyógykezeléséről. A VKI területén működő állatorvosi rendelő is térítés nélkül fogadja a vakvezető kutyákat. Mann Tamás vezetésével évek óta a tüzelési időszak alatt alkalmazandó hormon injekcióval folytattak kísérletet – jó eredménnyel. Minden év őszén nagy érdeklődés mellett rendezik meg a hagyományos „Kutyánap”-ot. Továbbá a VKKSZ részt vett egy kerékpáros versenyen és egy Budapesten átvonuló vakvezető kutya bemutatón is. Az elméleti és gyakorlati továbbképző előadások érdektelenség miatt kudarcba fulladtak. Pályázatot írt ki a VKKSZ a kutyák egészségi ellátására, s a nyertes dolgozat két kazettán megvásárolható az árueledésben. Sajnálattal állapította meg a VKKSZ, hogy két év alatt sem sikerült elérniük, hogy a vakvezető kutyával közlekedők kutyáikkal együtt nyaralhasanak a szövetség üdülőjében. Ugyanakkor a harmadik éve Berekfürdőn megrendezésre kerülő kutyás tábor sikeres fogadtatásra talált az érintettek körében. A VKKSZ rendezvényeire minden vakvezető kutyával közlekedőt meghívunk, nemcsak a szakosztály tagjait. Két évvel ezelőtt elindult a körzeti megbízotti hálózat kiépítése azzal a céllal, hogy állandó élő kapcsolat legyen a kutyásokkal. Ez a rendszer egyúttal segítséget jelent az iskola amúgy megoldatlan utógondozói feladatainak ellátásában. Sikerült az eltelt öt év alatt ko-

moly anyagi támogatókat szereznie a szakosztálynak, s így több alkalommal élelmiszer-hozzájárulást fizethettek tagjaiknak. A Vakok Világa c. folyóiraton kívül egyre több hír szól a vakvezető kutyákról a különböző írott és elektronikus sajtóban. A VKKSZ igyekszik tagjainak a napi gondok, így például a kutyák ételmezése vagy a gyakorlati tanácsadás terén segítséget nyújtani tagjainak. Akadnak még meg nem valósult elképzelések is szép számban, de a lehetőségek mindig határt szabnak a terveknek.

### A jövő

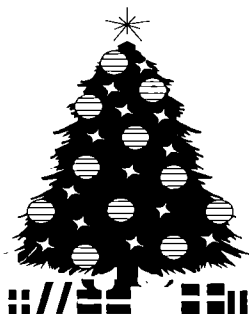
Hubay Bertalan beszámolójából sokrétű, szerteágazó munkáról hallhatott a tagság. Vasteleki Péter, a VKI vezetője hozzászólásában a VKKSZ-szel való gyümölcsöző együttműködésről beszélt, míg a tagok napi problémáikról és örömeikről számoltak be. Az öt esztendő munkájáról szóló beszámolót elfogadva a következő személyeket választották meg egy újabb ciklusra a vezetőség soraiba: Hubay Bertalan, Járdánházi Gábor, Pocsai István, Rácz Marianna, Kiss József, Docsa György és dr. Krabót Györgyné.

Átalakulóban lévő, gazdaságilag egyre nehezebb életünkben sok-sok feladat vár rájuk, hogy mindazok, akik közlekedésük megoldásaként és egyben életük könnyítésére a vakvezető kutyát választják, a társadalom és szövetségünk tagsága megértését és jóindulatát vívják ki. Sok sikert!



*Békés megyei hír – Gaika Olga*

„Óh szép fenyő,  
óh jó fenyő  
köszöntünk mi  
téged”



Igaz, a karácsony még tíz nap távolságra volt, de mindenféle szempontból december 14-e látszott a legmegfelelőbbnek az ünnepség megrendezésére.

A színhely ismét a Békés megyei könyvtár aulája, jól ismert, jól megközelíthető tolokocsival is. Az idei karácsonyi ünnepséget ugyanis – a tavalyi példán felbuzdulva – az MVGYSZ Békés megyei Szervezete most is a mozgássérültekkel együtt rendezte. A megyéből közel 250 sorstárs gyülekezett ezen a szép szombat délelőttön, közülük a vállalkozókedvűek saját sütésű süteményekkel érkeztek. Akadt itt pogácsa, mézesek, mindenféle aprósütemény. A két szövetség pedig üdítővel, narancssal, csokoládéval kedveskedett a vendégeknek.

Délelőtt fél tízkor kezdetét vette a műsor, melyet a Csaba TV is felvett. A jól összehangolt kultúr csoport most is remekül szerepelt, s ez ismét Lévai József titkár úr munkáját dicséri. Nem könnyű megszervezni a megye különböző részein lakó, mozgásukban amúgy is korlátozott sorstársak próbákra való bejárását a békéscsabai Luther utcai székházba.

Hallottunk gyönyörű karácsonyi verseket Makra Zsuzsika néni, Varga Ildikó és Hermann Aurél előadásában, akikben most sem csalódtunk. A kórus énekszámai mellett Szólókat is előadtak, így Lévai Jó-

zsef kiról már eddig is tudtuk, jó hangja van – egy Soltész Rezső számmal rukkolt elő – nagy sikerrel. A zenekar tagjai voltak: Török Imre – gitár, Márton Sándor – szintetizátor és Tar Lajos – klarinét.

Egy kedves fiatal színész, Kiszely Zoltán a Jókai Színház tagja szavalt ezután, majd részleteket adott elő Sant-Exupéry: A kis herceg c. művéből. A műsort a békéscsabai Keresztény Ifjúsági Egyesület két tehetséges énekese zárta gitárkísérettel.

Az izgatott gyermekénekre: „Jöjj el kedves Téliapó!” – megérkezett a pirosruhás, nagyszakállú is két krampusszal, akik segítségére voltak a csomagok kiosztásában. Mindenki elégedett és vidám hangulatban térhetett haza. Ismét egy nagyszerű szombat délelőttöt tölthettünk együtt, s reméljük még sok ilyenben lehet részünk.

\* \* \*

*Jász-Nagykun-Szolnok megyei hír  
Kelemen Pálné*

## Lesz-e vezetőjük?

„Ne kutasd a vakok lelkét,  
kiknek örök terhét  
nem ismered!...”

(Kerekes Géza: *Ne kutasd c. verséből* részlet)

1994. december 7-én Túrkevén a Vakok és Gyengénlátók Klubja tartotta évvégi záróünnepségét, melynek vendége volt Kiss Endre a Jász-Nagykun-Szolnok megyei Szervezet elnöke. Szolnokról eljöttek még mások is, a „Segítő Kezek Klubjának” öt

tagja, illetve a kunmadarasi és a mezőtúri klubok vezetői.

Városunkból a Mozgássérültek Klubjának, a Vöröskereszt, a Mezőgazdasági Szövetkezet képviselői is eljöttek.

Az ünnepséget Sallai Margit, a klub vezetője nyitotta meg. Köszöntője után beszámolt 1994. évi tevékenységükről. A havonkénti találkozások mellett felidézte öt kirándulás élményét, az egyhetes más megyékből idelátogatókkal együtt eltöltött szép napokat. Az elmúlt évben is sikeres évet zártak. Örömmel jelentette be, hogy új támogatókra is leltek: a Gránárium Étterem és Söröző, a Surjány Húsüzem kollektívájában és Madarász Piroska vállalkozó személyében.

Beszámolója végén bejelentette, hogy lemond a klub vezetéséről, amit megfáradása és kutyájának súlyos megbetegedésével indokolt. A klub tagjai ezt a bejelentést igen szomorúan vették tudomásul.

A meghívott vendégek is üdvözölték a megjelenteket, megköszönve a meghívást.

Az ünnepség végén minden klubtag ajándéksomagot kapott, valamint az MVGYOSZ tagjai a megyei szervezettől egy-egy törülközőt vehettek át. Az ebéd alatt Mikulás járt az asztalok között és mindenki édességet kapott tőle. A tálalásban és a rendezvény lebonyolításában Mihályi Tiborné, Fábián Jánosné, Kaszanyi Andrásné és Horváth Istvánné segítettek. A délután jó hangulatban telt el, noha mindenkit komolyan foglalkoztatott, hogy vajon Sallai Margit nem gondolja-e meg lemondását. Tombolára is sor került. A klub tagjai is hoztak tárgyakat, de a támogatók is változatos, gazdag ajándékokat adtak

erre a célra: kétszemélyes ebédmeghívás, egy szép torta, sokféle hentesárú, aprósütemény, stb.

Az ünnepi jókívánságokkal búcsúztak el egymástól a résztvevők és azzal, hogy a márciusi klubfoglalkozáson ismét találkoznak.

\* \* \*

*Komárom-Esztergom megyei hír*

## Szendrei Anna: Közös karácsonyunk

*(Az írást egy általános iskolás vak kislány küldte be, kérem fogadják szeretettel.  
– a szerk. )*

Az MVGYOSZ Komárom-Esztergom megyei Szervezete évek óta rendszeresen rendez karácsonyi ünnepséget.

1994. december 22-e délutánján szervezetünk irodájában bennünket, vak gyerekeket és szüleinket vártak örömmel és szeretettel. Fenyőfa, díszek és karácsonyi hangulat volt a teremben. Luk János bácsi, megyei szervezetünk titkára meleg szavakkal köszöntött mindannyiunkat.

Nagy örömet okozott nekem az ajándék is, amivel a megyei szervezet minden évben megajándékoz bennünket. Az ajándékért köszönetképpen mi gyerekek egy kis műsorral leptük meg János bácsit és a szervezet dolgozóit. Voltak, akik verset mondtak és voltak, akik énekeltek.

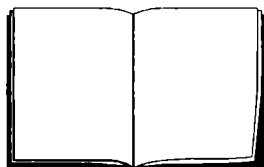
A műsor után mindenféle finomságot kaptunk, s amíg mi eszegettünk, János bácsiék és szüleink beszélgettek. Nagyon szép volt ez a délután.

\* \* \*

*Bayer Béla:*

## A lélek húrjain

(könyvpremier Bonyhádon)



Kiss Benedek írja egyhelyütt: „Költőnek lenni nemcsak hivatás, küldetés, de életsors.”

Az pedig, hogy vak-é az illető, aligha lehet szempont. Hisz a belső távlatok jelen vannak akkor is, ha koloncaink kényszere ennek ellentmondani látszik.

Ne sminkeljük a dolgot! Az irodalom, a líra az, ami a lényege. Szerző, vers, novella, egy kalap. Jó vagy rossz, ebben nincs vak és látó, csak alkotás van. Az igazi költő nem sorsával, hanem műveivel van jelen. Az írás keresztje nem manipulálható! Mint ahogy a befogadó sem!

Ezért is lehetett átütő sikere annak a bonyhádi irodalmi délutánnak, ahol az „Óda a fényhez” c. antológiát mutatták be. Jó érzékkel, stigmák nélkül szerveződött a műsor. A helyi zeneiskola tanárai és növendékei, akárha katalizátor pulzáltak együtt a verseket megszólaltatókkal. Pál Ágnes népművelő és segítői maradandót nyújtottak versben is a versért. Bach etűdjei, Sosztakovics futamai együtt Csokonai

Vitéz Gizella és Ihász Kovács Éva költeményeivel. Bényei József és Kúsz Jenő. Mikor a lombra sötétül az árnyék. Varázslat ez a javából! Stradivari, hacsak egyetlen húron is! Vakok és gyengénlátók? Ugyan, ugyan. Csillagra mentett álmok szólaltak itt meg és nem is akárhogyan. Futamok Illionig meg vissza. Trója bevehető! A régész pedig pusztíthatatlan, mert költő, mert ember, szeme világa nélkül is! ● ● ●

*Lak István*

## Emlékük bennünk él

Az elmúlt év végén az MVGYOSZ Budapesti Turista Szakosztályát nagy veszteség érte. Három szeretett és köztiszteletben álló személy örökre eltávozott közülünk. Az alábbiakban rájuk emlékezünk.

*Kübler Jenőné*

Életének 73. évében, 1994. októberében halt meg kübler Jenőné, Éva néni. Neve nemcsak a budapesti természetbarátok körében, hanem sorstársaink közt is ismert volt. Férjével együtt azon munkálkodott, hogy a látássérültekkel is megkedveltessék a természetjárást. Segítségükkel alakult meg szövetségünk turista szakosztálya 1966-ban. Gyakran vezettek nálunk túrákat. Férje halála után (1983) Éva néni évente nemcsak a jubileumi túrát vezette, de egyéb kirándulást is kalauzolt. Éva néni néhány hetes szenvedés után hunyt el.

*Nagy István*

1994. december 6-án halt meg, életének 65. esztendejében. Sorstársaink közül sokan ismerték, hiszen feleségével (Budderer Teréz) együtt rendszeresen tevékenykedett a tagtársak érdekében. István ebben a ciklusban a budapesti szervezet küldöttként vett részt az egyesületi munkában.

Nagy István 1930. március 15-én született Tiszakécskén. Gyenge látása miatt először a vakok Wechsellman intézetének iskolájába, majd a vakok iskolájában végezte el az általános iskolát. Ezután, 1949-51-ig seprűkötőként dolgozott a vakokat foglalkoztató üzemben. 1951-től egészen 1992-ig az Magyar Olajipari Vállalat telefonkezelőjeként dolgozott.

Alapító tagja volt szövetségünk Sakk Szakosztályának 1950-ben. 1953-tól kezdve együtt muzsikált Szabó Péterrel és Vargyas Lászlóval. Főként hétvégeken játszottak különböző vállalati és intézményi rendezvényeken. 1951-ben kötött házasságot, családját szerető, szorgalmas ember volt. Gondosan művelte, rendben tartotta kis telküket. 1985 óta feleségével együtt rendszeresen részt vett turista szakosztályunk munkájában.

Temetése december 29-én volt Újpesten. Hamvasztás utáni búcsúztatása a római katolikus vallás szertartása szerint történt. Sokan kísértük el utolsó útjára. Mély fájdalommal búcsúzott tőle: felesége, lánya, veje, két unokája, rokonsága, ismerősei, barátai, sorstársai és turista társai. A gyászoló család ezúton is köszönetet mond mindazoknak, akik jelenlétükkel osztoztak fájdalmukban.

*Dr. Szíky Lászlóné*

Életének 82. esztendejében, 1994. december 7-én, hosszas betegség után hunyt el. Több mint két évtizeden át dolgozott idegenvezetőként. Rendszeresen tartott és szervezett előadásokat a TIT-ben, különböző múzeumokban. Közismert ember volt. Sokan ismerték és szerették őt sorstársaink közül is. Turista szakosztályunkban másfél évtizeden át sokszor volt idegenvezető. Számos előadást, múzeumlátogatást, vetélkedőt szervezett részünkre. Széleskörű kapcsolatai révén neves előadókat hívott meg szövetségünkbe, köztük Császár Angéla színművésznőt, aki több alkalommal is szerepelt nálunk. Joli néni gondoskodott az utánpótlásról is: kiváló idegenvezetőket hozott hozzánk.

Dr. Szíky Lászlóné Arady Jolán Kaloocsán született 1913. március 5-én. Mivel édesapja különböző uradalmak jószágkormányzója volt, ezért a család több helyen is lakott. Így a kis Jolán az elemi iskolát Újfehértó községben kezdte, majd felsőbb iskolai tanulmányait Debrecenben a Svetits Intézet római katolikus Leánynevelő Líceumában végezte. Az iskola befejezése után egészségügyi intézmények élelmezési osztályain dolgozott. Később a vendéglátóiparban gazdasági részlegeket vezetett. A 60-as évek második felétől üdülői kultúrosként tevékenykedett. Ekkor már egyre több kirándulást is szervezett, majd idegenvezetőként dolgozott. A 70-es évek második felében került kapcsolat-

ba turista szakosztályunkkal. Nagynagy szeretettel, körültekintő munkával állt szolgálatunkra. Részletes magyarázataival szinte mindent igyekezett láttatni velünk útjaink során. Ujjainkat gyakran vezette szobrokon, épületrészeken, oszlopokon, ötvös remekműveken, így pl. a Szent koronán is. Azon fáradozott, hogy országunk minden nevezetes látnivalójával megismertessen bennünket. Egyformán becsülte és értékelte hazánk nagy építményeit és a kisebb műemlékeket, alkotásokat. Számos irodalmi és történelmi emlékhelyre jutottunk el segítségével. Sok néprajzi és ipari műemlékkel ismertetett meg bennünket. Rajta keresztül több múzeumban is létrejöhett az úgynevezett „tapintható tárlat”. Többször összehozott bennünket neves múzeológusokkal vagy ismert művészekkel. Így többek között Gobbi Hilda színművésszel is, aki egy nagyszerű tárlatvezetéssel mutatta be a színészmúzeumot.

Joli néni és családja is sok embert támogatott sorstársaink közül anyagiakkal és erkölcsileg egyaránt. Dr. Szíky Lászlóné munkásságát szövetségünk 1981-ben Braille-Emlékéremmel ismerte el.

Dr. Szíky Lászlóné temetésére 1994. december 16-án került sor Budapesten a cinkotai temetőben a református egyház szertartása szerint. Sokan elkísértük utolsó útjára. Búcsúzott tőle: férje, lánya, fia, három unokája, rokonsága, barátai és turista szakosztályunk sok tagja.

*Mindhárom elhunyt emlékét szívünkben őrizzük!*

*Hollósy Zoltán*

## Engem ne sajnáljon senki

O. Irén otthon nem konfekcionális: pasztellszínek, virágok, könyvek, kényelmes fotelek fogadják a belépőt. A szinte kínos tisztaságból következik, hogy gyakran túlórázik a porszívó és a mosógép is. Elkészült a kávé, amelyet a háziasszony tálcán szolgált föl, miközben cigarettával kínált. Cukrot, tejet tett a koffeinoldatba, s kérésre tüzet is adott – gyufa lángjával. Nem arról van szó, hogy kiszolgáltattam magam! Bár, több mint húsz éve ismerjük egymást, újból és ismét érdekel, hogy képes mindezt kezek nélkül produkálni.

### Gyújts rá...

Nem tudom pontosan, hányszor figyelem – nézem mozdulatait, sőt fotografálom is az „eseményt”. Nézem, de mégsem „látom”, amikor fölbontja a dobozt, kivesz egy szál cigarettát, s azt sem érzékelem, miként kerül a gyufaszál „kezei – karcsónkjai” közé, hogy lesz abból láng – és így tovább.

Hideg vacsorát készít: egyenletes vastagságú a kenyér, amit szeletel, pauszpapír vékonyságúra sikeredtek a téliszalámi-karikák, dobozos tejet nyit, majd direktbe kapcsolva gyártja a szendvicseket. Régen találkoztunk, van miről beszélni.

Ez a korszerű művégtag sokat „tudott”, de mégis keveset ahhoz, hogy Irén eddig megtanult mozdulatait valamelyest is pótolja. Tényleges haszna, értéke legfőljebb



annyi volt, hogy viselőjét – legalább messziről – teljes értékűnek mutatta. Irén szerint a protézis hamis illúzió: pár méterről „normál” ember, de kézfogásnál már csak a „látvány” marad – azaz a tényleges fogyatékoság. Akkor meg minek?...

Sokszor provokálnak – a megtanulandó mozgásfeladatok időnként túllépik a realitás határait – mondja Irén. – Éppen ezért nem hiszem, hogy a fogyatékos emberek csodával határos akaraterejéről szólnak. Senki sem születik ilyen tulajdonsággal, az ép emberekben is van elég gátlás, amelyet úgy-ahogy leküzdének. Vagy nem...

Könyvtáros vagyok, naprakész, mert ez az egyedüli módja annak, hogy a hozzám látogatók a könyvtárost keressék, ne pedig azt az Irént, akinek mindkét karja hiányzik. Az, hogy egyedül élek, nem tévesztendő össze a magánnyal. Van társaságom, télidőben már tavaszt tervezek, olvasok, zenét hallgatok. A boldogságot (boldogulást) nem örökös kereséssel találhatjuk meg. Előszobaajtómon Herakleitos gondolata figyelmeztet: „Minden nap elmúlik valami, amiért érdemes élni és küzdeni...” – ezért élek úgy, mint mások, csak másként!...

A kabát alá is bújó nyirkos hideget könnyű elviselni egy jól fűtött Suzukiban, Amely hazáig szállított. A kocsit profi módon a tulaj – Irén vezette.

\* \* \*

## Vak szerző műve

Tavaly ősszel látott napvilágot sorstársunk, Dénes Géza novelláskötete „Viharban” címmel. A könyv, amely a szerző hét

novelláját tartalmazza, szép kivitelben kapható szövetségünk árueledésén. A 71. életévében járó Dénes Géza sorstársunknak gratulálunk a szép kötethez és jó egészséget kívánunk! Ízelítőül a kötet címadó novelláját olvassák tisztelt Olvasóink figyelemmel. (a szerkesztő)

### *Dénes Géza: Viharban*

Éjszaka kifényesedtek a csillagok, reggelre nagy, szürke felhő jött, s most itt kavargó ablakom előtt bő omlásában: hull a hó, a tokaji hegyek felől rázúdul az északi szél. A kutyát sem verik ki a házból ebben a viharban. Ablakommal szemben a Tokaji úton dacosan áll a téesz darálója. Vakolet nincs rajta, ablakán ki-bejárkál a szél. Hej, de sok vihart állt már ki ez a daráló. A tokaji szél most is körülkavargja. Jobbára az egyik oldalát veri a havas szél, a másik végén ember áll meghúzódva. Parasztember. Mellette tele zsák kukorica. A daráló ajtaja még zárva. Tehát a darálóst várja. Ebben a hóviharban a daralós nem akaródzik szolgálatba lépni. Az ember egyhelyben topog, nagy vörös kezét néha a térdéhez verdesi. Olykor kinéz az útra, feltűnik-e a daralós Gyugos Pali alakja. De vissza is kapja a fejét, mert szemét telefújja hóval a szél. Nahát, csak nem akar jönni a daralós. Legalább ne egyedül várakozna. Legalább lenne valaki, akivel szót váltana, akinek ezen az eldugott helyen elmondaná szíve fájdalmát. Bizony megkönnyebbülne, ha valakinek kiönthetné a lelkét. Mert ő világéletében mindig kocsis volt. Olyas-

féle ugyan bántja néha, amiért olyan nagy-sokára szánta el magát a belépésre, no de nem akarja őt senki megérteni? Hogy mekkora akarat volt az a másik, amelyik visszatartotta: a két pej lova: a Ráró meg a Csillag. Behozta ő mind a kettőt a közös-be, hát mivel kezdte a vezetőség? Odaültet-te a lovak mögé Dékány Bálintot. Azóta ő még kertészetben is dolgozott, zöldséget árusított a piacon, kutat fúrt a központi majorban, tavaszi árpát aratott, de szivattyút is kezelt a rizsföldön, elárasztotta a rizst a Keleti Főcsatorna, vagy ahogy itt mondják, a Kistisza vizével. Mi dolog ez? Éppen olyan fonák dolog, mintha egy aratógép javító lakatosnak azt mondanák: na tagtárs, ezentúl nem fog esztergálni, forrasztani, hanem ehol-e a tű meg a cérna, és ruhát varrsz meg zsákot foltozol.

Újra kiles az útra, de a darálós Gyugos Pali sehol. Itt feltűnik a Tokaji út végén két deres, mögötte egy szán. Táncsak nem szánnal jön a darálós? Csak az egyik szemét meri kidugni a daráló szögletéből. Hát bizony ez nem más, mint a két aranyos lova: a Ráró meg a Csillag. Csakúgy dobálják a hóban a lábukat: azok az izmos szügyek, rátarti-sörényes fejek. Pedig zablával igen akkurátusan bánik a kocsis, a gyeplő végén szorosán fogja. Valami úrfajta kocsis lehet, mintha kakasokat hajtana. Hát ilyen kezekbe adta a vezetőség az ő két lovát? Hiába na, Dékány Bálint nem az ő lovaihoz való. Tágra nyitja a szemét: hát nem Dékány Bálint az, hanem maga az elnök. Közelednek. A szemét már annyira marja a jeges hó... de azért nézi őket erős nézéssel. Mi lenne, ha most kilépne elébük az útra, megragadná a lovak zabláját és ő

maga ülne az elnök helyére. Mi lenne akkor? Na mi lenne? Már itt járnak a daráló túlsó oldalánál. Most. Most kellene kilépni, de lába nem mozdul, csak a két lapát nagyságú tenyere rándul ökölbe. Visszahőköl, gerincén meleg fut át. Csurog szeméből kabátjára a hólé. A lovak nyerítését nem hallja, pedig azok már megálltak, orruk-ból ömlik a pára. Megtörli a szemét, hát ott áll előtte az elnök, mintha felpaprikázná magát a méregtől. Áll előtte a daráló falánál takartatva magát a szélviharral.

Jobban megdörzsöli a szemét:

– Mert bizony a szemem már nem a régi – mondja röstelkedve.

Az elnök már mosolyog:

– Hát ilyen ember maga? Néma gyereknek az anyja sem érti... tudja azt maga. A saját feleségétől kell megtudnom, hogy magát mi bántja? Miért nem szólt előbb? Majd én megbeszélem a vezetőséggel... Na, itt a két lova. Mától fogva fogatos.

Csak áll, mint aki szoborrá merevedett. Álmodik-e vagy valami betegség gyötri? Nem tud sokat gondolkodni, mert hullanak rá a szavak:

– Ne álljon már, hanem menjen! Majd én ledaráltatom a kukoricáját, mert amúgyis meg kell várnom Gyugos Palit.

Nem is magától indul, viszi a lába a lovakhoz. Felkucorodik a szánra, megbillen a gyeplő, a lovak felrántják a fejüket. Előbb a jobb kezével húzza, majd hirtelen mozdulattal bal kezével megrántja a gyeplőt, mire a szán a széllel szembe kerülve megfordul, hátulja ostorként farol egyet. Pöccent egyet a gyeplőn, s máris suhan a puha havon. Mintha simogató hódunna fő-

lött repülne. Mikor az utolsó házat is elhagyja, feláll az ülésre és elkiáltja magát:

– Ráró, ne! Csillag, ne! Hegyibe, hagyigyabe!!!

A lovak hátrafordítják fejüket megduplázódik az erejük. A hó porzik lábuk alatt.

Tokaj felől a hó szembeesapja, marja arcát szemét, de ő csak áll, biztatja lovait és olyan örömet érez, amit a lovak nélkül soha nem érzett. Ezt az örömet senkinek nem tudná megmagyarázni. De lehet-e a parasztember lelkét magyarázgatni? Szinte nem is érzi már a hideget, a jövőre gondol, a munkára, ami élteti, ami kiszíneze jelenik meg előtte. Végre értelme lesz az életének. Hogyne lenne értelme, amikor két ilyen csodálatos ló, mint a Ráró meg a Csillag, nincs több ezen a világon!!!

\* \* \*

*Bartha Zsuzsanna*  
könyvismertetője

## Szerelmünk opálgömbje

(Bayer Béla: Nászingű Libánus)

Bayer Béla, a Bonyhádon élő – néhány hónapja sorstárs – költő-újságíró negyedik kötetét a szerelemnek szentelte. A szerelemnek, ami „valahogyan” a legutolsó és legmagasabb, amihez az emberi lét fel tud szárnyalni. A különben is vonzó tematikájú kötet az egyszerűség és az egyedülállóság felmutatása, a létnek azon értelmét megragadva, amely a másik ember sze-

retetében teljesedik (teljesedhet) ki.

Noha Bayer szerelemvilága a bibliai Dicsérő énekkel rokon, s benne az antik eszme is tetten érhető, soraiban mégis ott bujkál a modern pszichológia sugallta közelítés. Három ciklusra komponált 33 versét úgy foglalja egybe, hogy nem követ kronológiai sorrendet, hanem a hangulati elégítéshez folyamodik. Egy-egy ciklus merőben elüt az öt megelőzőtől. A szerző maga vallja a fülszövegben: „A korábban nem ismert érzés úgy idomul a másként elképzeltéhez, hogy végül a hiányzó fájdalommal együtt oldódják fel a meglévő valóságosban.”

A legérettebb füzért a címadó, a Nászingű Libánus versei képezik. Phaebe csillagigézése jelenti a genezist, amely a Viola da gamba magasan izzó, mégis finoman tartózkodó erotikájában nyer kiteljesedést. A kedves szemében lakozó „teremtés-titkú tények” nyilvánvalóvá teszik: ölelésük nem lehet rangrejtett. A „Tisla gyöngyként” őrzött tekintet megtartó ereje életető hatású, s egyszer s mint energiaforrás.

„A szabadon átélt perc” ihletett verssorrá lényegül, hisz katalizátora maga a szerelem. A dalformától a szabad versig széles skálájú a versírórepertoár. Képalkotó erejét tekintve szinte valamennyi írás szuggesztív. „A pergő csöndet hasító sás” – sebészszikeként – hatol be a legrejtettebb zugokba is. Akár a Edymion, a szerző is megtalálja a maga Haepeét, de ellentétben ve-

le, nem a mítoszok szférájában, hanem annak hús-vér valóságában. Ölekezéseik során megannyi száműzött mozdulat nyer új értelmezést, életteret. Megannyi visszafojtott feszültség feloldódást.

A kötet hangütése merészen tudatos. Bayer a művelt szerelmes simogatóan finom hangján szól korrekt tapintattal. A tartalommal harmonizáló kötet-kulcsin is megnyerő. Gábori Sándor grafikái szervesen illeszkednek a szöveghez.

(B-Faktura Kiadó 1995.)

Bayer Béla verseskötete megvásárolható a szövetség áruegyesítésében 200 forintos árban. Ajánlom szíves figyelmükbe!

*Bayer Béla: Nászingű Libánus*

„Hasonlatos /.../  
szerelmesem az őszhöz”

/II, 9./

Szemedben az ősz  
aranyos csalítja.  
Ajkaid csuprában  
eperíz.

Megnyíló ölednek  
gesztenyeburkából  
fodrozó öröm árad.

Vérköröd pipacsán  
nászingű vágy lobban,  
a libánusról tíz ujjad  
ölemhez zarándokol.

Egymásba tündérlik  
tekintetünk,  
fonódik combjaid  
liánja, akárha  
barbár feszületre:  
csípődre szegeztetem.

*Dr. Domonkos János  
könyvismertetője*

**Az állatvilág  
enciklopédiája**

(Rovin Kerrov: A föld állatai)

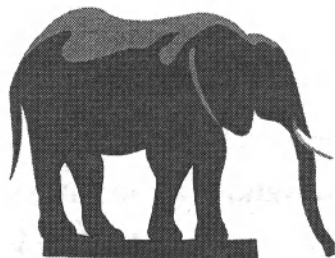
A kötet igényes, szórakoztató olvasmány. Sokak érdeklődésére számíthat ez a hasznos, az oktatásban is felhasználható könyv. A különböző témakörök szócikkei rövid, hangulatkeltő történetekkel kezdődnek, melyek a fejezet fontosabb mondanivalóit emelik ki.

Az élőlények és környezetük kapcsolatának tudománya az ökológia. Azt vizsgálja, hogy miért vannak a különböző területeken más és más állatok és növények. A könyv bevezet az ökológia elveibe és fogalmaiba, melyek segítségével megkísérelhetjük megmagyarázni az élővilág jelenségeit. Az első rész bemutatja a különféle élőhelyek, életközösségek elhelyezkedését a földön. A másodikban a szárazföldi állatokkal ismerkedhetünk meg, az erdőkön, a sivatagokon át egészen a füves pusztáig. Majd a vízi élőhelyek következnek: a folyók, a tavak, tengerek és óceánok. A záró rész a mesterséges élőhelyekkel, vagyis a mezőgazdasági területekkel és a városokkal foglalkozik. A szövegben és a képaláírásban az állatok és a növények a közhasználatú nevükön szerepelnek.

Azok, akik a könyv témájából többet szeretnének megtudni, az ajánlott olvasmányokból még válogathatnak.

Csak néhány olyan faj van az emberen kívül, amelyik mindenütt előfordul a földön. A különböző területeken többnyire jellegzetes állatok és növények élnek. Az állatok elterjedését az éghajlat mellett a föld változó földrajza is befolyásolja.

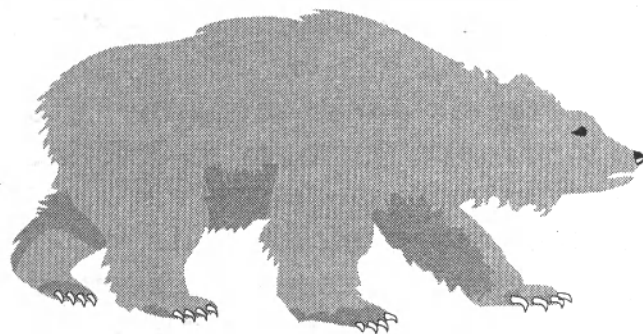
A trópusi esőerdők területein kiadós a csapadék. A meleg, nedves éghajlat egész éven át kedvez a növények növekedésének. A legnagyobb testű



állatok, köztük az elefánt, a gorilla, az erdő talaján élnek. A kisebb állatokat sokféle nagymacska ejti zsákmányul.

A szubtrópusi esőerdők legtekintélyesebb fái a Kaliforniában található mamutfenyők, melyek a föld leghatalmasabb és legöregebb élőlényei. Van közöttük 100 méternél magasabb is.

A mérsékelt övi lombdombokban az állatok számára elérhető táplálék évszakonként változik. Létszámukat szabályozza egy másik tényező is, a téli hideg. Az állatok különféleképpen alkalmazkodnak az évszakok váltakozásához. Így például több madárfaj télen melegebb éghajlatú területre vándorol. A legtöbb állat azonban nem tud ekképpen elmenekülni a hideg elől. Közülük sok – például a sündisznó mély téli álomba merül, testhőmérsékletét erősen lecsökkentve. Halottnak látszanak, akárcsak a körülöttük lévő fák. Szervezetük hónapokig belső zsírtartalékukból él.



A mókusok és a borzok is alszanak téli álmot, de nem olyan mélyen, mint pl. a medvék. Néha felébrednek, táplálkoznak egy keveset. Az ősszel elraktározott élelmet fogyasztják ilyenkor. Az ősszel lehullott avarnak fontos szerepe van az erdő életében. Télen hószigetelő takaró a hibernálódott növények és állatok számára.

Észak-Amerika tajgaerdőiben a hódok tudatosan „vágják ki” fákat gátak és várak építésére. A gáttal eltorlaszolják a víz folyását és az így létrejövő mély tavacskaiba építik ki váraikat. A lakótér a víz felszíne felett van, de a bejárat a víz alatt. Így védekeznek a ragadozókkal szemben. Ősszel a hódok ágakat raktároznak a tó fenekén, hogy télen ezekkel táplálkozzanak.

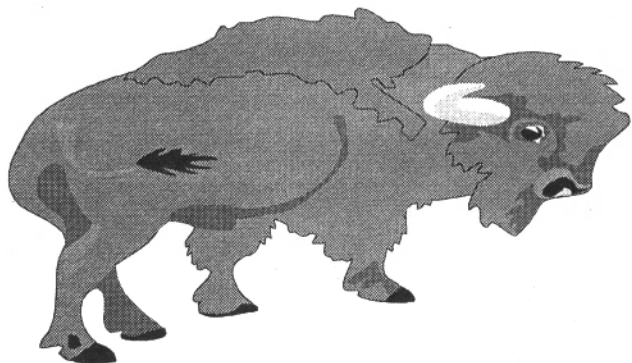
A földön a sivatagok jelentik a legzordabb teret az élet számára: a víz hiánya és az egész éven át tartó magas hőmérséklet miatt. A strucc az afrikai sivatagok legismertebb madara. 2, 5 méter magasságú szárnyas. Erős, hosszú lábain 50 km/óra sebességgel képes futni. Nagy teste előnyös a sivatagban, mert lassabban hevül fel. A másik ismert sivatagi lakó, a „sivatag hajója”: a teve. Előnyt jelent számára testének nagy tömege. Több napig bírja ivóvíz nélkül, mert testében vizet raktároz. Súlya egynegyedének megfelelő vizet veszíthet, anélkül, hogy ártana szervezetének. Ugyanakkor nagyon gyorsan képes sok vi-



zet felvenni, ha kell 110 litert 10 perc alatt. A szamarak is hosszú ideig képesek megenni ivóvíz nélkül, ezért használják szállításra őket a forró égöv alatt. Szőrzetük jól szigetelt nyáron a melegtől, télen a hidegtől véd.

Az afrikai szavannák növényevői bő és gazdag táplálékforrást kínálnak a ragadozóknak. Az oroszlán becserkészi és meglepi zsákmányát, mivel a lerohanáshoz nem elég gyors. A gepárd viszont bármilyen más állatot utolér a futásban. A hiénák csapatosan vadásznak és zebbraméretű zsákmányt is képesek elejteni.

Egykoron a nagytestű bölénycsordák milliói kóboroltak az amerikai prérin. A bölényvadászat az 1800-as években számukat néhány százra csökkentette. Amió-



ta védelem alá kerültek, létszámuk 40 ezerre nőtt. Kora nyáron a legelésző őzek szürke téli szőrzetét felváltja a nyári vörös.

Az Északi-sark tundráin a nagytestű jégesmedve a legnagyobb ragadozó állat. Rozmárokkal és fókákkal táplálkozik, de madarakat is csemegézik. Itt él a szürke farkas, a kutyafélék legnagyobb képviselője is.

Az Alpok Európa legmagasabb hegysége. Csúcsain kevés madár él, ezért kevés a ragadozó is. Észak-Amerikában, a Sziklás hegységben vadászik a puma, a Himalájá-

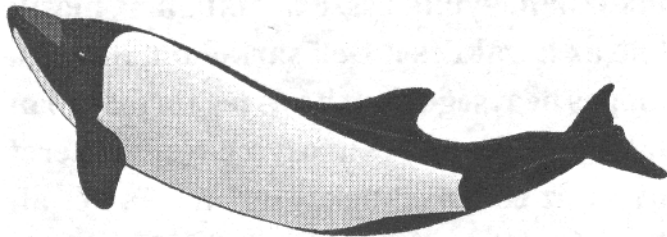
ban pedig a kőszáli kecskéket zsákmányoló hópárduc.

A föld felszínének majd kétharmadát víz borítja. A vízkészlet csupán 3%-a az édesvíz, s ennek is csak a fele áramlik patakokban, gyűlik össze tavakban. A másik fele az Északi és a Déli sarkokon, illetve a magas hegységekben hó és jég formájában található. Az édes és a sósvíz eltérő életteret nyújt az élőlényeknek, ezért növény és állatviláguk teljesen különböző. Kevés olyan növény és állat létezik, amely mindkét vízfajtaban élni tud. Ilyenek pl. a lazacfélék és az angolnák. A víz csak kevés emlősnek jelent igazi otthont: a vízipocokok a folyók partjának falában élnek, a vidra a legjobban úszó állatok egyike. A trópusi Afrika folyóiban a vízilovak a vízben hűsölnek nappal.

A természetes és mesterséges tavak vize nemcsak a vízimadaraknak, hanem a változatos növény és állatvilágnak is kedvező körülményeket biztosítanak. A tavak félelmetes ragadozója a csuka, amely több mint egy méterre is megnő.

Hatalmas mocsarakat találunk a nagy folyamok árterületein. A csukaorrú aligátor az Everglades (USA) mocsárvidéken teknősökkel, madarakkal és kisebb emlősökkel táplálkozva elérheti az 5, 5 métert. Az élet valaha az óceánokban keletkezett, s a legváltozatosabb formában ma is itt lelhető fel. Az óceánok a föld felszínének több mint kétharmadát borítják. Átlagos mélységük 3200 méter, de van ahol eléri a 11 ezer métert is. A nagytestű tengeri ragadozók közül a legismeretebbek a cápák. A hírhedt fehércápa a legveszélyesebb. Hét méterre is megnő-

het, így valamivel nagyobb, mint a másik kegyetlen ragadozó a tigriscápa. A tengerben élő állatok legnagyobbjai a bálnák. Tengeri emlősök még a delfinek, a fókák és a rozmárok is.



A szigeteken sajátos helyzetükből adódóan sokszor különleges állatok élnek. A kenguru például egyike Ausztrália számos egyedülálló fajának. A szigeteket körülvevő víz nem jelent akadályt a jól repülő madaraknak.

Néhány állatfaj a mezőgazdasági területeken is jól megél. Ugyanakkor egyetlen egy, pl. nagykiterjedésű repcetábla csaknem eltünteti az eredeti növényfajokat és a tőlük függő állatokat.

A városi környezet egyetlen állat számára sem tűnik vonzónak. A gyakorlat mégis az, hogy viszonylag sok olyan állat van, amely megtanult együttélni az emberrel, az általa teremtett környezettel.

A remek, szép kiállítású, színes képekkel gazdagon illusztrált kötet nemcsak a szakma művelői számára szép kiadvány. A felsőfokú oktatás és tanulás, a szakirányú kutatás eszköze is, de ténymagyarázatai révén a nagyközönség számára is jelentős. Kislexikon, a az állatok neveinek mutatója, a képek forrásainak megjelölése teszi a művet teljessé.

(*Helikon Kiadó, Budapest, 1994.*)

*Csatlós Ildikó:*

## Farsangi bál

Csupa zsongás volt a nagy terem, a girlandok és lampionok színponpáján csak a ruhák és a mókás álarcok kavalkádja tett túl.

A keringő ütemére legyezős hercegnő pipiskedett egy bohóccal. Egy szamár álarc viselője lépett melléjük és vidám iázással lekérte a kisasszonyt.

„Nem loptam én életemben, csak egy lovat Debrecenben” – zendített rá a zenekar a ropogós csárdásra. Rókafarok villant, korona csillant és dobbant sok-sok cipő vidáman.

A forgásban kimelegedett párok a büféasztalhoz özönlöttek a táncok szünetében.

– Jaj, drága Julcsi néni, ásványvizet is bontson – szólt a ruhatár mellől odalépő lány.

– Ugyan már Ágota, te mitől melegedtél ki? Talán a ruhatáros néni pletykáitól? – csipkelődött az asszonyság.

– Na, Julcsi néni, hát holnap jön a vőlegényem haza, maga is tudja – kivel táncolnék?

– Van itt elég legény, aki nem párosával jött – igaz leány is... Tessék idd meg ezt a kisfröccsöt! A zenekar újra kezdte a muzsikálást. Három turbános fiú lépett az asztalhoz.

– Ágota, hol bujkáltál? – szólalt meg egyikük. Az érettségi banketten is veled táncoltam legjobban a tangót. Gyerünk a táncba! Ja, kérek három nagyfröccsöt!

– Jóska, de régen láttalak. – Allahnak hála, hölgyem, hogy találkoztunk, lebegjen a parketten a jobbomon.

– Kérnek esetleg szendvicset az uraságok? Hiszen csak turbánnal, pocak nélkül nem török a török! – mosolygott Julcsi néni a nyurga fiúkra.

Harsány nevetés volt a válasz, de már nyúltak is a tál felé.

– A pogácsák is finomak, a fánkot is ajánlhatom... – kínálgatta az újabb érkezőket.

Ekkor ért vissza fújtatva Ágota táncosával.

– Egy kisfröccs, egy nagyfröccs – nyújtotta a poharakat az elégedett néni.

– De hát Julcsi néni... – szabadkozott volna Ágota, ám a serénykedő asszony már a másik csoportot szolgálta ki.

– Jóska, a partneredet elrabolhatom egy-két fordulóra? – fordult hozzájuk az egyik barát.

– Ha van még kedve táncolni, szívesen – volt a kedélyes válasz.

A muzsika vidáman hömpölygött végig a táncteremben. Szaporán siklott a vonó a primás kezében, a bőgős néha mókásan megpörgette gyönyörű hangszerét. A klarinétos jókedvűen belerikkantott a mikrofonba: „Járd ki lábam, járd ki most, nem parancsol senki most!” Mintegy szavait igazolva, Ágotát a párja egyik fordulóban a fal mellé tolt asztalra emelte és az asztal-soron ropták tovább a csárdást.

– Jöjjön velem egy fordulóra kedves Julcsa! – tréfálkozott Jóska másik barátja. Már húzta is kifelé az asztal mögül a nevetve tiltakozó nénit.

„Hopp Juliska, hopp Mariska” – énekelt szinte mindenki és csak úgy pördültek felfelé a táncosok az asztalokra. Az álarcok szanaszét heverték, mindenki levetett min-

den fölösleges holmit, hogy az utolsó néhány táncot könnyedebben járassák. „Nem, nem, nem, nem, nem megyünk mi innen el, míg a gazda, házigazda furkósbottal ki nem ver!” – énekelték telitorokból a vendégek, mikor az egyik szervező bejelentette a bál berekesztését. Az utolsó keringőt még „utolsó” csárdások és tangók is követték. Kocsik és taxik sora várta a vendégeket és a búcsúzkodást követően egymás után elmentek. Dolguk végeztével Ágota is elindult, karon fogva Julcsi néni-vel óvatosan a csúszós járdán, vigyázva egymásra. Gyalogosan indultak, hiszen két sarokkal arrébb lakott a néni, a lány pedig albérlő volt nála.

– Istenem, még jó, hogy felébredtem: már fél tizenegy és megígértem Szabónénak, hogy szólítom a misére – dohogott a gyorsan öltözködő Julcsi néni. Egy falat kiflit bekapok egy pohár tejjel – csak csendesen, had aludjon ez a derék lány. Jaj, muszáj leülni egy kicsit – már nem való a tánc az én lábamnak. Micsoda bál volt! És azok a bolondos fiatalok fenn az asztalokon...

Idáig jutott gondolataiban, amikor a hosszú folyósóra látott befordulni hatalmas virágcsokorral egy fiatalembert.

– Jézusom! – nyelte le hirtelen a félig rágott falatot – csak nem Árpád jött vissza?! De hát Ágota azt mondta, hogy holnap... És most hogy alszik az a lány! Éppen a zárat célozta a kulccsal, amikor melléje ért a fiú.

– Kezét csókolom, Julcsi néni! Úgy látom, nincs szerencsém a meglepetéshez...

– Óh, Isten hozta, Árpád! Hát, most tényleg nincs szerencséje, de ha este öt után

jön, akkor biztos a siker. Most én is sietek, mert Szabóné vár: együtt megyünk a templomba – mondta és serényen elindult.

– Tudja, ma van a farsang utolsó vasárnapja. Óh, nagy bálozás volt mindig vízkeresztől húshagyatig. Fiatalkorunkban mi is felöltöztünk maszkurának a táncba – az urak úgy hívták: álarcosbál. Gyermekkoromban még a hegyvidéken divat volt a farsangi szán: hosszú rönkfákból készítették és elébe fogtak négy-öt pár ökröt. Mindenféle fura alak ült a szánon...

– Hú, az jó lehetett – mosolygott a fiú. Én is olvastam arról, hogy sok helyen tüzeskerekeket gurítottak a hegyről.

– Úgy bizony, az volt este a tűzijáték: szalmát kötöztek a kerekre, leöntötték szurokkal és meggyújtották. Nagyon szép volt, ahogyan a völgybe gurították.

Ekkor értek a földszintre és Julcsi néni bekocogtatott barátnője ablakán.

– Jövök már, hallatszott bentről.

A fiú gyorsan elköszönt. A két idős barátnő pedig végre összekapaszkodva elindult a templom felé.

\* \* \*

*Évfordulók nyomában – Lak István:*

## Emlékezés Váci Mihályra

Századunk jeles költőjére kettős évforduló alkalmából emlékezünk: az elmúlt karácsonykor töltötte volna be 70. életévét és az idén április 16-án halálának 25. évfordulójára emlékezünk. Verseit sokan szeretik azok is, akik nem tanulmányaik során

kerültek kapcsolatba a költővel. Műveiből gyakran rendeztek szavalóversenyeket is. Kora elismerte művészetét, kétszer kapott József Attila-díjat. Ma is sok rajongója van, annak ellenére, hogy az utóbbi években igyekeztek mellőzni. Nevét iskolák, művelődési házak, utcák és terek is őrzik.

### Életrajz

Váci Mihály 1924. december 24-én született Nyíregyházán földnélküli parasztszülő gyermekeként. Apja a vasútnál dolgozott, édesanyja napszámosként. A szorgalmas és becsületes szülők két gyermeket – Mihályt és Andrást – neveltek. Mihály az elemi és a polgári iskola után a Nyíregyházi Líceumban kántor-tanítóként végzett. A képesítő vizsga után a Nyíregyháza közeli mandabokori öreg, tanyasi iskolába került tanítani. A háború utolsó évében munkaszolgálatra hívták be. Pozsonyba vitték, de szerencsésen sikerült megszöknie. A bujdosásból 1945-ben tért haza. Ezen a nyáron súlyosan megbetegedett, s egészen 1949-ig kisebb-nagyobb megszakításokkal betegeskedett. A tüdőbaj gyötölte. Felépülése után kollégiumi vezetőként és előadóként dolgozott a megyei tanácson. 1950-ben kerül Budapestre, ahol az Oktatási Minisztériumban dolgozik négy éven keresztül.

### Irodalmi munkássága

Verseléssel már a polgárban is foglalkozott. Első versei az Új Hang c. folyóiratban jelentek meg 1955-ben. Ugyanebben az évben kiadják első verseskötetét is: „Ereszalja” címmel. A minisztérium után a Tan-

könyvkiadó a következő munkahely, s egészen 1960-ig itt dolgozik.

Váci Mihály nevét a „Mindenütt otthon” c. 1960-ban megjelenő kötet tette ismertté. 1960-tól az Élet és Irodalom c. folyóirat munkatársa. Az Új Írás c. lap szerkesztője 1964-től egészen haláláig.

1963-tól Szabolcs-Szatmár megye országgyűlési képviselője.

60-as évekbeli irodalmi törekvései, közéleti elkötelezettsége miatt támadások érték. Ezekre a támadásokra válaszol az Élet és Irodalom c. lap 1965. május 29-i számában. Prózaírásait „Zsezemadár” címmel jelenteti meg. Íródelegáció tagjaként számos külföldi úton vesz részt. Utolsó kötete, az „Eső a homokban” 1968-ban jelenik meg.

1970. áprilisában egy kormányküldöttséggel Vietnamba utazik, s április 16-án Hanoi-ban éri a halál. Földi hamvait hazahozták és itthon helyezték végső nyugalomra.

A népi realizmus hagyományait követő költeményeit őszinte, közvetlen hang, az élet és az ember szeretete jellemzi. Verseiben feltárul heves, mindent érzékenyen átélő egyénisége és közéleti küzdelmei.

A felsorolt versesköteteken kívül megjelentek még: „Bodza”, „Nincsen számodra hely”, „Szegények hatalma”, „A sokaság fia”, „Hátrahagyott versek” – Váci Mihályné válogatásában. A „Százhuszat verő szív” c. kötete már halála után jelent meg. Összegyűjtött prózaí „Toldi feltámadása” címmel láttak napvilágot Simon István szerkesztésében.

Az 1960-as évek végén az akkori Szakmunkásképző Iskola szervezésében rendhagyó irodalmi óra keretében találkozhatunk sorstársaink Váci Mihállyal. Az idén, a

kettős évforduló alkalmából műveiből rendez szövetségünk szavalóversenyt. Hangoskönyvtárunkból kölcsönözhető id. Váci Mihályné: Munkáitokon legyen áldás c. műve. Ez az életrajzi dokumentumokat tartalmazó kötet meghatóan szép.

Befejezésül Váci Mihály egyik szép versével emlékezzünk költészetére.

### *Váci Mihály: És mi élünk!*

*Élni, élni, élni, élni... – élni kell!*

*Félni, sírni, könyörögni, menekülni nem lehet!*

*Élni bátran, szembenézve, csak azért is, dacosan vagy összetörve!*

*Betegen és elhagyottan, városokban, börtönben, vagy föld alatt,*

*Szerelmessel együtt sírva, gyermekekbe kapaszkodva – élni kell!*

*Élni kell, mikor kimondják: – „rák” – „gümmőkór!”*

*Élni kell és élni kell és nem lehet ott összerogyni, felzokogni!*

*Élni kell, ha tudatják: – „létszámfeletti!”*

*Élni kell, ha sziszegik: „már nem szeretlek!”*

*Élni kell, ha zokogják anyánk ágyánál: – „későn jöttél!”*

*Élni kell, ha hirdetik: – „életfogytiglan!”*

*Élni kell, ha dob pergeti: „golyó által!”*

*Élni kell még, élni kell még pár óráig!*

*Élni kell, bár tudjuk jól, hogy a világon mindenütt halálunk készül.*

*Élni kell, bár tudjuk azt, hogy most is, most is többen halnak*

*Hasztalan és értelmetlen, ahány rózsá hervad!*



*Élni kell mikor tudjuk, hogy embereket  
most is ölnek!*

*Élni kell, mikor már sokszor érezzük: –  
nem lehet élni!*

*S élni kell, ha kuporgatva napot napra;  
Élni kell, ha könnyörögve, reménykedve: –  
egy tavaszt még!*

*Élni kell még ha tudjuk azt: alázat, szégyen  
Félelmünk és rettegésünk még egy évért,  
még egy évért!*

*Élni kell így alkudozva, megalkudva, min-  
denáron!*

*És mi élünk!*

*Jaj, mi élünk!*

*Így is, bárhogya élünk, élünk!*

*Szembenézve, dacosan és összetörve, re-  
ménykedve,*

*Betegen is, elhagyottan, városokban, bör-  
tönben vagy föld alatt.*

*Szerelmessel együtt sírva, gyermekekbe ka-  
paszkodva – élünk, élünk!*

*Élünk, bár tudjuk, hogy most is többen  
halnak*

*Hasztalan és értelmetlen, mint ahány ró-  
zsa lehervad.*

*Élünk, élünk, bár sokszor már érezzük –  
nem lehet élni!*

*Mégis élünk, semmi másért, csak mert úgy  
szeretünk élni!*

*Élünk, jaj, mert úgy szeretjük, szeretjük az  
életet!*

*Mert annyira élők vagyunk és annyira em-  
berek!*

\* \* \*

*Kovács Pál:*

## **Barangolás régi hang- szerek között (VI. rész)**

### **Psalterium**

A messzi keletről származik ez a trapéz alakú, pengetős hangszer. Mérete különböz: ismerünk egészen kicsi, kézben, vagy ölben elhelyezhető példányt, de volt már lábon álló, nagy testű fajtája is. A psalterium a cimbalom őse. A mai cimbalommal ellentétben a régi időkben csont pengetővel, „plektrum”-mal, vagy ujjal pengették. Hangolása függött a test nagyságától és a húrok számától. Általában a törzs hangokra hangolták, de későbbi fejlődése során egyre inkább törekedtek a hangszerkészítő mesterek a kromatikus hangsor elérésére.

### **A szüringsz**

Az ókorban Hellaszban készítették és használták; másik használatos nevét: „pánsíp” azért kapta, mert Pánnak a görögök egyik nagy istenének a kedvenc hangszere volt.

Igen egyszerűen el lehetett készíteni: a nádat különböző hosszúságúra vágták, úgy, hogy a bütykök mentén az egyik vég zárt, a másik vég nyitott legyen. Ezután nagyság szerint egymás mellé kötötték, vagy ragasztották a náddarabokat. Az elkészült szüringszet szájhoz illesztve, úgynevezett ráfúvással lehetett megszólaltatni.

Manapság népi hangszerré vált a pánsíp. Európában, Romániában igen népszerű, Latin-Amerikában pedig megőrizte régies formáját, igen elterjedt, főleg az indiá-

nok között. Az ottani pánsípot „szamponyának” nevezik.

## Lant, lantfélék

Arábia földjéről, majd Törökországból hozták be a középkor idején a reneszánsz egyik legtöbbször becsült hangszerét: a lantot. Fél körte alakú teste volt, nyakán érintők, „bundok” találhatóak, a nyak vége hajlított. Húrjainak száma változó: általában egy dallamhúr és több (kórus), azaz dupla húrja volt. A dallamhúrt sokszor különböző figurákon vezették keresztül (hal, angyal), a hangzás erősítésére pedig a lant fedőlapjára rozettát, mintás bevágásokat készítettek.

Természetesen a lant is családdá alakult, de a kor muzsikusai között leginkább az alt és a basszus volt közzismert; a basszuslant még külön nevet is kapott: „teorba”.

A török hódoltság idején terjedt el hazánkban egy másik lantféle: az „ud”. Kis testű, igen hosszú, egyenes nyakú volt, s mindössze három húr feszült rajta.

A következő lantfajta ugyancsak török eredetű, a mai napig is használják a törökök népzenejünkben; neve: „saz” (száz). Három kórusos, igen hosszú nyakú, a hangrés a fél körte alakú test végén található. (Akkora, hogy egy 4-5 éves gyerek keze simán belefér).

A harmadik lantféleség a „kopoz”. Hajlított nyakú, közepes testű zeneszerszám. A négy pár húrja különböző kultikus jelentéseket kapott a régi időkben: feljegyzések szerint jelképezte a négy égtájat, vagy a négy őselemet. Ma is használják a régi zenét játszó zenészek, Erdélyben pedig népi hangszerre vált.

*Törődjünk többet egészségünkkel!*

## Bartha Zsuzsanna: Egészségünkre!... ?

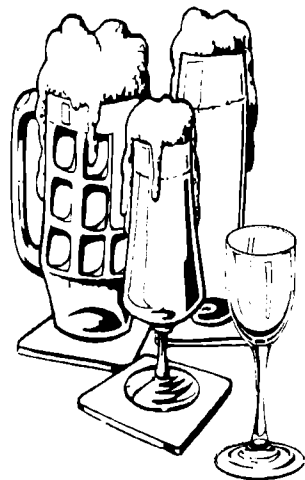
Az ember ősidők óta bánatában és örömeiben poharát emeli. A bor, a sör és a pálinka régóta ismertek a különböző kultúrák körében. A vallási szertartásokban például a bornak mindig jelentős szerep jutott. A bibliában Isten Noénak vigasztalásul adta a bort. A pálinka és a sör „feltalálása” a nomád népek nevéhez fűződik. Gondoljunk a kumisra, őseink lótejből erjesztett italára!

Sajnos, napjainkban a világon mindennél túlzott mértékben elterjedt a szeszes italok fogyasztása, hazánk pedig a világ-ranglista élére „tornázta fel” magát. A társadalom különböző rétegeiből sokan az alkoholban keresnek és találnak megoldást rohanó életünk állandó feszültségeire. Hol a határ, ünnepeink alkalmával mennyi az a megengedett mennyiség és miből, amit elfogyaszthatunk?

### Az orvostudomány válasza

A szeszesitalok túlzott mértékű fogyasztásának következményeiről, a tudományos kutatások és vizsgálatok eredményeiről dr. Kiss Istvánt, a budapesti Szent Imre Kórház belgyógyász főorvosát kérdeztem, aki a következőképpen foglalta össze a lényegi tudnivalókat.

– Időnként meglepő eredményt mutatnak a vizsgálatok. Bizonyos szempontból a



napi egy pohár bor lehet hasznos is a szervezet számára, mert elősegítheti az anyagcserét. Kétségtelen tény, hogy akadnak olyan emberek, akik napi egy literbor fogyasztása mellett is 90 éves korukig élnek egészségesen. Sajnos, az orvos azonban azt is látja, hogy vannak 20, 30 és 40 éves emberek, akik jóval kevesebb alkohol fogyasztása mellett is már olyan többszörös betegségben szenvednek, amivel gyakorlatilag gyógyíthatatlannak minősülnek. Rokkantnyugdíjasként csak tengetik életüket, mert képtelenek dolgozni. Ha egy hitvallást kellene megfogalmaznom, én azt mondanám, hogy az esetenkénti minimális alkoholfogyasztás a közérzet javítását, a társasági hangulat fokozását szolgálhatja és nem hiszem, hogy bármilyen tiltás alá esne. A biztos védelmet azonban csak az alkohol nem fogyasztása jelenti, mivel nem tudjuk senkinél, hogy mennyire és mire érzékeny a szervezete.

– *Mikor jelentkeznek az igazi gondok?*

– Akkor, amikor az alkohol fogyasztása már szenvedéllyé vált. Ilyenkor, mint egy fajta pótcselekvés, evés helyett is iszik az ember. Ennek az a káros következménye, hogy bizonyos ideig ugyan energiát szolgáltat az alkohol, de számos vitamin és alapvető fehérjeösszetevő nem kerül be a szervezetbe. Az alkohol feldolgozásához a májnak és a hasnyálmirigynek túlságosan sokat kell dolgoznia, ezáltal kimerül és szöveti szerkezete átalakul. Mindkét szerv elveszíti eredeti funkcióképességét, gyulladások alakulhatnak ki és megnő a fertőzés veszélye. A májbetegség látványának is csúnya: víz termelődik a hasban, a vitaminhiány miatt az idegrendszeri működés nemcsak fájdalommal, hanem a későbbiekben mozgásképtelenséggel is jár.

– *Milyen egyéb hatásai vannak még a túlzott alkoholfogyasztásnak a májra?*

– Megváltozik a máj vérkeringése. A vesén kívül minden a májban méregtelenítődik. A szervezet a megmaradt kicsi máj-szöveti szerkezettel igyekszik minél többet méregteleníteni, de a keringés megváltozása azt eredményezi, hogy nem termelődnek meg azok a fehérjék, amelyek a véralvadáshoz nélkülözhetetlenek: a nyálkahártyán, a hasban és egyébütt vérzések alakulhatnak ki.

– *Tehát egy egészséges ember esetén így rombol az alkohol. Mit lehet elmondani azoknak, akik valamilyen krónikus betegségben is szenvednek?*

– Ha valakinek valamilyen betegsége van, s emellett alkoholizál, akkor még nagyobb a kockázat. Amennyiben a máj is érintett egy meglévő betegségben (pl. cukorbetegség, magas vérnyomás, vesebetegségek), akkor az egyik hat a másikra, az egyik rontja a másik esetleges gyógyulási hajlamát vagy kezelhetőségét.

Farsang közeledik, jusson eszünkbe mindaz, amire az orvos felhívta figyelmünket!

## Bartha Zsuzsanna: Egy új „fegyver” az influenza ellen?

A francia Boiron Gyógyszergyártó Cég sajtótájékoztatóra invitálta az újságírókat, ahol az Oscillococcinum homeopati- kus készítményt mutatták be, amely rövidesen kapható lesz a hazai patikákban.

## Mi a homeopátia?

A homeopátia egy eredeti terápiás módszer, melyet 1790-ben egy német orvos, Christian Samuel Hahnemann fedezett fel. Két fő elven alapszik: – a hasonlóság elvén: minden anyag, amely normális dózisokban tüneteket vált ki egy egészséges embernél, parányi adagokban meg tudja gyógyítani azokat a tüneteket; – az infinitezimalitás elvén: a homeopátiában használt gyógyszeranyagok a hahnemanni 100 egységes elv (TH) alapján történő hígítás változtatásával az oldat dinamizálásával, aktív alapanyagok folytonos dekoncentrációi.

Hogy kinek ajánlott a homeopátia? Mindenkinek, a gyerekektől a felnőttekig, mivel nincs semmilyen mellékhatása. Hatásos, akár az immunrendszer stimulálására, akár heveny és krónikus betegségek kezelésére.

A homeopátia megbízható terápia. A világ számos országában elismerik. Magyarországon a II. világháború előtt alkalmazták és tanították az orvostudományi egyetemeken. Mára kissé feledésbe merült, de hamarosan reneszánszát fogja élni nálunk is. Elve szerint minden egyén egy külön lény és az orvos ennek szellemében foglalkozik betegével. Lényege: elősegíteni az egészség ökológiáját, amely az egyént globálisan szemléli környezetében és mindenki egészségi adottságának tiszteletben tartására, az abban való bizalomra épül.

## Egy legyőzhetetlen ellenség

Az influenza az orvostudomány rohamos fejlődése ellenére napjainkban is komolyan veszélyeztetheti az ember egész-

ségét, szövődményeivel pedig akár életét is. Ez a vírusos eredetű fertőző betegség sokáig valóságos veszedelemnek számított.

Gondoljuk el, 1918-19 telén 20 millió ember halt meg világszerte az influenza-járvány következtében. Ma már szerencsére jóval kevesebb áldozatot követel egy-egy járvány, mégsem szabad lebecsülnünk az influenza kihatásait és szövődményeit. Szakemberek állítják, hogy a homeopátiával nagyon gyorsan megfékezhető az influenza, ráadásul semmiféle veszélyt nem jelent a páciens számára. A homeopátia ellen nincs semmiféle ellenjavallat és nem lép fel semmilyen mellékhatás. Alapos klinikai vizsgálat után a homeopata orvos arra törekszik, hogy szétválassza a fertőző tényező jellemző tüneteit a minden egyénre sajátosan jellemző tünettől.

## Oscilloccinum

Az Oscilloccinum egy homeopatikus gyógyszerespecialitás. A készítmény számos klinikai tesztelésen átesett és igazolta hatékonyságát. A homeopátia mint egy gyors terápiás megoldás jelenik meg egy „influenza nélküli tél érdekében”.

A készítményt, amely Franciaországban az influenza megelőzésében az egyik legáltalánosabban használt gyógyszer, dr. Joseph Roy fedezte fel. 1982-ben került forgalomba az Oscilloccinum, s ma már évente öt millióan szedik csak Franciaországban! 1984-ben megjelenik az Egyesült Államokban, s rövidesen Kanadában is – mindkét országban nagy sikert arat az „influenza leverő”.

Napjainkban a gyógyszert a világ 32 országában forgalmazzák, s 1994-ben elju-

tott Magyarországra is. A Boiron cég minden évben közel száz millió homeopátiás tubust és dózist, számos piacvezető terméket, köztük az Oscilloccinum-ot, gyárt.

A gyógyszer egy kis dobozban kerül forgalomba, három pirulával. A fogyasztói ár: 298 forint (vény nélkül kapható!). A gyógyszer megelőzés céljából is beszédhető az előírt adagban, de a már kialakult influenza lefolyását is meggyorsítja, kivédve a szövődményeket. Csecsemők, kisgyermek, felnőttek (idősek és fiatalok), sőt terhes anyák is szedhetik!

Az Oscilloccinum alkalmazása remélhetőleg hatásos szernek bizonyul hazánkban is a rettegett influenzajárványok ellen.

\* \* \*

**Balla Endre:**

## Összefoglaló az 1994. évi Magyar Csörgőlabda Bajnokságról

### I. forduló

A mérkőzésekre Budapesten került sor 1994. március 20-án. Résztvevő csapatok: Amatőrök, CHALLENGER, Egri Csillagok, Törekvés, Vak Diákok SE.

Eredmények: Egri Csillagok – Amatőrök 1:10; Törekvés – CHALLENGER 6:20; Egri Csillagok: Vak Diákok SE 6:11; Amatőrök – CHALLENGER 3:5; Egri Csillagok – Törekvés 8 – 15; Amatőrök – Vak Diákok SE 6:14; CHALLENGER – Egri Csillagok 5:1; Törekvés – Amatőrök 7:11; CHALLENGER – Vak Diákok SE 13:5; Törekvés – Vak Diákok SE 15:17;

#### Az I. forduló végeredménye:

1. CHALLENGER ..... 12 pont
2. Vak Diákok SE ..... 9 pont

3. Amatőrök ..... 6 pont
4. Törekvés ..... 3 pont
5. Egri Csillagok ..... 0 pont

A forduló legjobb góllövői: 1. Haffner Ernő 27 gól (Vak Diákok SE), 2. Németh Miklós 25 gól (Törekvés), 3. Pajer József 22 gól (CHALLENGER).

Felhívás a csapatvezetők részére: A versenybírók kérte a csapatokat, hogy a bajnoki mérkőzéseken az IBSA Szabályok által előírt számozott mezeket viseljék a játékosok. A versenybírók továbbá kérte a csapatokat, hogy a magyar bajnokság II. fordulójáig (április 30-ig) a mérkőzéseken szereplő játékosok sportorvosi vizsgálatát minden csapat végeztesse el.

### II. forduló

A rendező az Egri Csillagok SE volt. A mérkőzések Egerben a Neumann János Szakközépiskola tornatermében zajlottak. A mérkőzések ideje: 1994. április 30.

Eredmények: Egri Csillagok – Amatőrök 0:5; CHALLENGER – Vak Diákok SE 15:5, Amatőrök – Törekvés 15:3, Vak Diákok SE – Egri Csillagok 11:2, CHALLENGER – Amatőrök 5:11, Egri Csillagok – Törekvés 3:7, Amatőrök – Vak Diákok SE 4:4, Törekvés – CHALLENGER 3:18, Vak Diákok SE – Törekvés 10:8, CHALLENGER – Egri Csillagok 11:3.

#### A II. forduló végeredménye:

1. Amatőrök ..... 10 pont
2. CHALLENGER ..... 9 pont
3. Vak Diákok SE ..... 7 pont
4. Törekvés ..... 3 pont
5. Egri Csillagok ..... 0 pont

A II. forduló legeredményesebb góllövői: 1. Szabó András 27 gól, 2. Nagy István 20 gól, 3. Pajer József 17 gól.

### III. forduló

A rendező a Vak Diákok SE volt. A mérkőzés helye Budapesten a XIV. kerületi



Egressy Gábor Szakközépiskola tornaterme volt 1994. szeptember 27-én.

Eredmények: Amatőrök – CHALLENGER 2:7, Törekvés – Vak Diákok SE 8:11, CHALLENGER – Törekvés 12:3, Vak Diákok SE – Amatőrök 3:2, Amatőrök – Törekvés 18:10, CHALLENGER – Vak Diákok SE 12:4.

### A III. forduló végeredménye:

1. CHALLENGER .....9 pont
2. Vak Diákok SE .....6 pont
3. Amatőrök .....3 pont
4. Törekvés .....0 pont

A III. forduló legeredményesebb góllövői: 1. Szabó András 13 gól (CHALLENGER), 2. Pajer József 12 gól (CHALLENGER), 3. Bálint András 11 gól (Amatőrök).

### IV. és V. összevont forduló

A mérkőzések Budapesten a XIV. kerületi Egressy Gábor Szakközépiskola tornatermében zajlottak 1994. november 26-án.

Eredmények a IV. fordulóban: Törekvés – Amatőrök 5:8, Vak Diákok SE – CHALLENGER 6:3, Törekvés – Vak Diákok SE 5:13, Amatőrök – CHALLENGER

3:4, Törekvés – CHALLENGER 2:8, Vak Diákok SE – Amatőrök 1:4.

Az V. forduló eredményei: Amatőrök – Törekvés 8:6, CHALLENGER – Vak Diákok SE 12:0, Vak Diákok SE – Törekvés 16:8, CHALLENGER – Amatőrök 3:3, CHALLENGER – Törekvés 10:6, Amatőrök – Vak Diákok SE 5:1.

### A IV. és V. forduló végeredménye:

1. CHALLENGER ..... 13 pont
2. Amatőrök ..... 13 pont
3. Vak Diákok SE ..... 9 pont
4. Törekvés ..... 0 pont

A két forduló legeredményesebb góllövői: 1. Németh Miklós 25 gól (Törekvés), 2. Nagy István 18 gól (Amatőrök), 3. Szabó András 16 gól (CHALLENGER).

### Az 1994. évi Magyar Csörgőlabda Bajnokság góllövő listája:

1. Szabó András (CHALLENGER) 75 gól
2. Németh Miklós (Törekvés) ....70 gól
3. Pajer József (CHALLENGER) 63 gól.

Az 1995. évi Bajnokcsapatok Európa Kupáján Magyarországot a CHALLENGER Wesselényi Miklós SK. képviselheti. ● ● ●

## Az 1994. évi Magyar Csörgőlabda Bajnokság végeredménye

	Mérek.	Győz.	Dönt.	Veres.	Gólar.	Össz.	
1.	CHALLENGER Wesselényi Miklós SK	17	14	1	2	163:65	43
2.	Amatőrök Wesselényi Miklós SK	17	10	2	5	117:79	32
3.	Vak Diákok SE	17	10	1	6	132:128	31
4.	Törekvés Wesselényi Miklós SK.	17	2	0	15	116:206	6
5.	Egri Csillagok (Eger)	8	0	0	8	24:75	0

## Ínyenceknek – egészségesen!

Az alábbi recepteket kipróbálásra ajánljuk minden kedves olvasónknak, akik szeretnek egészségesen táplálkozni.

### Rakott cukkini

Hozzávalók két személyre: 100 g paradicsom, 100 g vöröshagyma, egy teáskanál napraforgóolaj, 150 g darált marhahús, 1 dl csontlé, só, feketebors, oregánó, 400 g cukkini, 10 g csökkentett energiatartalmú margarin, két evőkanál száraz fehérbor, két evőkanál víz és egy evőkanál zsírszegény reszelt sajt.

Könnyen elkészíthető. Elkészítési idő kb 20, főzési idő 45 perc. A paradicsomot szeletekre, a hagymát apróra vágjuk. Az olajon megpirított hagymán a darálthúst jól átsütjük. Ráöntjük a csontlevet, sóval, borssal, oregánóval fűszerezve kb 10 percig pároljuk. Hozzáadjuk a paradicsom felét és állni hagyjuk. Közben a szeletekre vágott cukkinit a margarinon átsütjük. Hozzáöntjük a vizet és a bort, kissé megsózzuk. A sütőt 200-225 C fokra előmelegítjük. A cukkini felét egy sütőforma aljára rakjuk, majd befedjük a hússal. Ráterítjük a maradék cukkinit, ennek közepére a paradicsomszeleteket osztjuk el. Oregánóval megszórjuk, majd sütőben kb 30 percig sütjük, majd megszórjuk a reszelt sajttal és még öt percre visszatesszük. Köretként főtt barna rizst tálalunk, vagy egy szelet barna kenyérral fogyasztjuk.

Egy adag tápanyagtartalma: 23 g fehérje, 13 g zsír, 7 g szénhidrát, 1030 KJ (245 Kcal), 93 mg koleszterin.

### Dió-fasírt

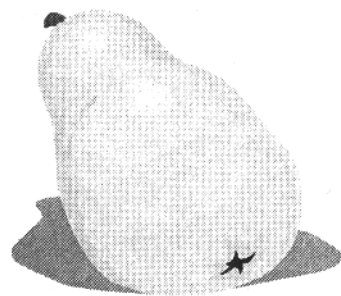
Hozzávalók: egy csésze darált dióbél, egy csésze reszelt sajt, fél csésze zsemlemorzsza, 1-2 evőkanál liszt, 1 tojás, 1 dl tej, só, petrezselyemzöld, reszelt vöröshagyma, fokhagyma, borsikafű, piros paprika, kis olaj.

Az egészet jól összekeverjük, majd pogácsákat készítünk, vagy egészben olajozott tepsiben sütőben kisütjük.

### Tök-fasírt

Hozzávalók: fél tök, 3 egész tojás, 1-2 evőkanál liszt, 2-3 gerezd fokhagyma, borsikafű, só, pici olaj.

A gyalult tököt megsózzuk, kifacsarjuk, fokhagymával, borsikafűvel ízesítjük. A tojásokat a liszttel összekeverjük, majd pogácsákat formálunk és sütőben kisütjük.



### Karfiol-fasírt

Hozzávalók: egy nagy fej karfiol, két tojás, liszt, zsemlemorzsza, só, olaj, kevés víz.

A karfiolt enyhén sós vízben megfőzzük. A tojást liszttel, zsemlemorzsaival összekeverjük, hozzáadjuk a szét tört karfiolt. Kevés olajban, vagy forró sütőben olajozott tepsiben kanállal kis halmokat készítünk, majd ellapítjuk és világosra sütjük. Vigyázat gyorsan sül!

*Németh Tamás*

## Színes hírek

*Kínából:*

- » Évente 1,5 millió hat évesnél fiatalabb gyermek hal meg Kínában. Főleg falun nagy a gyermekhalandóság: ezer kicsiny közül 71 nem éri meg 6. életévét. (Városban ezer közül 21.) A halálesetek kétharmadát koraszülés, tüdőgyulladás, fulladás vagy hasmenés miatti kiszáradás okozza.
- » Kínában hatalmas vidéki területeken teljesen hiányzik az egészségügyi hálózat, más vidékeken meg csak ún. „mezítlábas doktorok” működnek, akik családi tradícióként örökölték a népi gyógyászat ismeretét, vagy valamilyen gyorstalpaló egészségügyi tanfolyamot végeztek.
- » Új divatnak hódolnak a városi nők. Olyan szemkerekítő plasztikai műtétnek vetik alá magukat, amelynek során a sebész egy darabka zsírszövetet kivág a megfelelő helyről, így nagy, kerek, európai szemet varázsol a keskeny metszésű kínaiból. Az olcsó, ám fájdalommal és veszéllyel járó műtétet a nők az előnyösebb kinézés és jobb érvényesülés érdekében vállalják. A kommunista párt nem nézi jó szemmel az effélét, de nem tiltja.
- » Immár nevekből is hiány van az 1,2 milliárd lakosú Kínában. A névhiány megszüntetésére határozatos és sürgős reformokra van szükség. Új vezetékneveket kell „kitalálni”, ill. újjá kell éleszteni a már „használaton kívüli” családneveket, vagy éppen külföldről kell importálni azokat – jelentették ki a kínai tudományos akadémia kutatói. Kínában mintegy 3100 vezetéknev használatos, így az országban sokan nemcsak az azonos keresztneveken osztoznak, hanem nevük elejétől a végéig megegyezik.
- » Lengyelországban rendeletet hoztak arról, hogy reggel 6 és este 11 óra között sem a nemzeti, sem a kereskedelmi tévéadók nem sugározhatnak olyan műsorokat, amelyek a „gyermekek fejlődését veszélyeztetik”. A határozat szerint az adott időszakban nem jelenhetnek meg a képernyőn brutális, erőszakos, obszcén vagy vulgáris képsorok, szavak és gesztusok. A rendelkezés nemcsak a filmekre vonatkozik, melyek közül a filmművészet számos remeke sem vetíthető egyes jelenetei miatt, de az információs műsorokra is. Így például valószínűleg el kell tűnniük a lengyel képernyőkről a délszláv háború képeinek is.
- » Ausztria nemzeti jövedelmének jelentős részét a túrizmusból szerzi. Egy hómentes téli nap egymilliárd Schilling vesztesé-

get jelent. Érthető hát, hogy a szezon minden elképzelhető módon igyekeznek meghosszabbítani. Ezt bizonyítja a következő hír is: Ausztriában öt kilométer hosszú sípályát adtak át a nudistáknak. A pálya 1750 méter magasságban fekszik Obert- raun falu mellett. Húsz évvel ezelőtt Dachstein körzetében működött egy hasonló pálya két éven át, ám amikor megépítet- ték a pályához vezető utat, el- tűntek a nudista síelők. Most olyan völgyet választottak, amely nehezen megközelíthető, így megóvják a meztelenkedőket a felöltözött sportemberek kí- váncsi pillantásaitól. A szervező szerint nagy a lelkesedés az Ádámkosztümös síelők között, és Pünkösd táján már a hőmér- séklet is megfelelő a sportolás- hoz. Egyre kell vigyázni: az esés kellemetlen lehet...

» Okos pisztoly – Az USA-ban már készül egy olyan fegyver proto- típusa, amelyből kizárólag tulaj- donosa tud lövedéket kilőni. Az új, „intelligens” revolver és pisz- toly már 1996-ban védheti az ország biztonsági szerveit, mi- vel elsősorban a rendőrségnek és az FBI-nak szánták. Az okos pisztoly csak akkor reagálna a ravasz meghúzására, ha meg- kapná a megfelelő jelzést. A szakértők a rádió- és egyéb hul- lámokat tartják a legmegfele- lőbbnek a célra, és az adókészü-

léket a rendőr szíjára illeszte- nék. Az érintettek arra kérték a tudósokat: az ellenfelek okos fegyvereinek ellenszerét is talál- ják ki.

\* \* \*

## Meghívó

Szövetségünk budapesti Turista Szak- osztálya 1995. február 26-án, vasárnap délután három órakor 10. alkalommal ren- dezi meg szellemi vetélkedőjét szövetsé- günk székházában (1146 Budapest, Her- mina u. 47.). A vetélkedőn öttagú csapatok vehetnek részt. A játéokra szövetségünk bármelyik tagja szervezhet csapatot.

Jelentkezni keddi napokon, 17-18 óra között, székházunkban a szakosztály veze- tőségénél, vagy a vetélkedő előtt a helyszí- nen lehet. A legjobb eredményt elért csa- patokat díjazzuk.

*Mindenkit szeretettel vár a rendezőség!*

\* \* \*

## Felhívások, közlemények

Dr. Szigeti György, az MGVYOSZ elnöke értesíti a tisztelt tagságot, hogy 1995-ben is rendszeresen tart fogadóórákat székházunkban. Kéri, hogy előzetesen Nyúl Kriszti- nánál szíveskedjenek bejelentkez- ni a titkárságon.

□

Erhartné dr. Molnár Katalin, az MVGYOSZ főtitkára a jövő évben is minden hónap első csütörtökén tartja fogadónapját de. 9-du. 17 óra között. Szeretettel vár mindenkit, akár előzetes bejelentés alapján vagy anélkül.

□

Az MVGYOSZ Kulturális Osztálya 1995. április 22-én délelőtt 10 óra-kor versmondó versenyt rendez szövetségünk székházában (Budapest, XIV. Hermina u. 47. ).

A versenyzőknek egy kötelező és egy szabadon választott költeményt kell elmondaniuk. Váci Mihály művei közül bármelyik alkotást választhatják a versenyzők kötelező versként. A szabadon választott vers bármely más költő műve lehet. Ugyanakkor, a versmondók a kiválasztott verset tartalmazó kötetet, vagy a gépelt szöveget hozzák magukkal.

Jelentkezni írásban, telefonon vagy személyesen lehet 1995. április 14-ig szövetségünk kultúrosánál, Nagy Péternél.

□

Az újjászerveződő Homérosz Kórus várja az énekelni szerető tagtársakat. Jelentkezni lehet minden kedden és csütörtökön fél hatkor szövetségünk székházában Rólik Imre karnagy úrnál.

□

A Látássérültek Cseppkö Klubja ezúton tájékoztatja tagjait, hogy 1994. december 1-től az ügynevezett személyi szolgáltatások is igénybe vehetők (kíséret, felolvasás). Amennyiben a lehetőségek megengedik, úgy nemcsak klubtagok részére biztosítják a személyi szolgáltatásokat. Érdeklődni lehet: dr. Kádár Adriennénél a 215-8710-es telefonszámon.

□

Dr. Szigeti György tájékoztatója a vakokat is érintő adókedvezményről: az eddigi, a súlyosan fogyatékosoknak járó 36 ezer forint adóalap kedvezmény megszűnik. Helyette, módosító javaslatára nem havi 600, hanem 900 forint adókedvezményt szavazott meg a parlament. A kormány eredeti elképzelése csak az évi 170 ezer forintot kereső réteget nem érintette volna kedvezőtlenül. A kormány általános törekvése volt, hogy a fogyasztást visszafogja minden területen. Dr. Szigeti a parlament plenáris ülésén nyújtotta be módosító javaslatát, amit a Pénzügyminisztérium is elfogadott.

Az évi 500 ezer forint jövedelem alatt keresők részére 7200 forint adóvisszatérítést fogadott el a parlament.

# Hirdetések

48 éves, 160 cm magas látó férfi csökkentlátó vagy nem látó hölgy ismeretségét keresi, ki érdi lakásába költözne. Két gyermek nem akadály. Életkor 30-45 év. Cím: Kelemen György, 2030 Érd, Árpád u. 11.

□

31 éves fiatalember megismerkedne korban hozzáillő, komoly szándékú gyengénlátó lánnyal házasság céljából. 177 cm magas, fekete hajú, barna szemű, erősen csökkentlátó, 74 kg súlyú vagyok. Lakás nem akadály. Csak az jelentkezzen erre a hirdetésre, akinek komoly szándéka van velem. A leveleket „Együtt könnyebb lesz az életem” jeligével a következő címre várom: Tasi Csaba, Felsőnyék, Zrínyi u. 9. A leveleket sík írásban kérem és kérek hozzá fényképet is. Lehetőleg Budapest környékiek írjanak.

□

70 éves, özvegy, nyugdíjas, gyengénlátó asszony vagyok. Józan életű gyengénlátó férfit keresek élettársi vagy házastársi kapcsolatot céljából. A leveleket „Van még remény” jeligére a szerkesztőségbe kérem.

□

44 éves, 164 cm magas, 58 kg súlyú, érettségizett, irodalmat, zenét, természetet kedvelő vak hölgy levelező partnert keres barátság céljából. A leveleket „Óda a fényhez” jeligére a szerkesztőségbe kéri.

□

Eladó egy teljesen új, kétszemélyes, ágyneműtartós rekamié. Hossza 210 cm, szélessége 140 cm. Érdeklődni lehet kedden és csütörtökön 14-18 óra között a 121-0440-es telefonszám 114-es mellékén.

□

Eladó egy Picht pontírógép újszerű állapotban (nem használt). Érdeklődni lehet: Újvári Mariann, telefon: 176-9747 (este).

□

Elcserélném kettőszobás, konyhával, étkezővel, fürdőszobával rendelkező önkormányzati bérlakásomat hasonló, földszintes önkormányzati bérlakásra, Debrecen környékére. Továbbá kinőtt gyerekeinket adnánk szegény családnak. Érdeklődni lehet 8 és 18 óra között: Veres János, Debrecen, Tótos körtér 5.

Szerkesztőség munkatársai: Lak István és Fehér István  
Telefon: 1210-440/114-es mellék. Az újság előfizethető a megyei szervezeteknél egész évre 160 Ft-ért a tárgyévet megelőző november 30-áig, félévre 80 Ft a tárgyév II. féléve előtti május 15-éig

# ÚJDONSÁG MAGYARORSZÁGON

a **BE-BA** márkanévű  
rugalmas műanyagból kifejlesztett, peremezett  
csomagtartó védőhuzat.

Kímélje és védje csomagtartójának kárpitját  
a szennyeződésektől, sérülésektől.

A **BE-BA** könnyen behelyezhető, kiemelhető, tisztítható.



**OPÉL-be**  
4.990.- Ft+ÁFA



**OPÉL-be**  
4.490.- Ft+ÁFA



**OPÉL-be**  
4.890.- Ft+ÁFA

**Bármilyen egyéb gépkocsitípushoz  
a rendeléstől számított két héten belül szállítunk!**

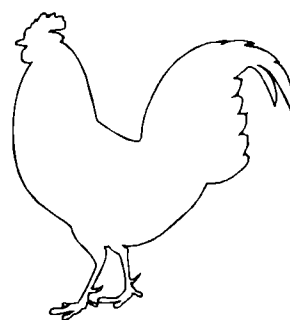
**Érdeklődni lehet a következő címeken:**

Vecses, Fő utó üzletor, Vagyonvédelmi üzlet. Tel.: 06-29-352-307  
Viola szerviz, 2220 Vecses, Gammel J. u. 1. Tel.: 06-29-350-529  
5000 Szolnok, Várkonyi tér 1. Telefon.: 06-60-387-834

**Ajándékozzon autójának BE-BA csomagtartó védőhuzattal!**



# **FEHÉRKAKAS**



**Műszaki, Kereskedelmi és Szolgáltató Bt.**

**Vecsés, Gammel József u. 6.**

**Tel.: 06-29-350-631, Tel/FAX.: 201-6111**

---

## **Műszaki szolgáltatások**

**Számítógépek és hálózatok telepítése**

**Számítástechnikai eszközök javítása**

**Szerviz**

**Szaktanácsadás**

## **Oktatás**

**Alapfokú számítástechnikai ismeretek**

**WORD szövegszerkesztő**

**WINDOWS**

**WORD for WINDOWS**

## **Nyomdai szolgáltatások**

**Reklámfotók, reklámanyagok**

**Szórólapok készítése**

## **Számítástechnikai segédanyagok**

**Irodabútorok, iroda berendezések**

**Irodagépek**