

A Maros Megyei Tanács uniós projektje

Új híd épül Vámosgálfalván



Fotó: Nagy Tibor

Augusztus 16-án, hétfőn kezdték meg a Kis-Küküllőn átívelő régi fémszerkezetű híd elbontását Vámosgálfalván. A Maros Megyei Tanács által finanszírozott megyei út felújításának része egy új közúti híd megépítése is a községi központban. Az építés idejére a közúti forgalmat egyirányúsított, aszfaltozott mellékutcákba terelték, egy ideiglenes hídon kell átkelni.

Szer Pálos Piroska

A megyei tanács közleményben tájékoztatta az érintetteket arról, hogy a „151B és 142 jelzésű megyei utak korszerűsítése, Nyárádtó (15-ös országút) – Mikefalva – Dicsőszentmárton (14A jelzésű országút) – Maros megye” elnevezésű projekt keretében végzett rehabilitációs munkák során augusztus 16-ától Vámosgálfalván a 142-es országúton áthaladó forgalmat ideiglenesen elterelték a Kis-Küküllőn átívelő híd felújítási munkálatai miatt. A forgalmelterelés 75 napig érvényes. A megfelelően kitéblázott terelőút magába foglalja a Kis-Küküllőn való átkelést is egy

(Folytatás a 4. oldalon)

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

Akne, ekcéma, pikkelysömör, viszkető fejbőr...

Vajon amit a tükörben látunk, az bőr-probléma, vagy a beleinkkel van gond? Ha már kipróbált különböző gyógyszereket, krémekeket és kenőcsöket, de egyik sem segített, lehet, hogy rossz oldalról közelítette meg a kérdést. Lehet, hogy mi nem szeretjük a bőrünket, amiben élünk, de számtalan mikroorganizmus igen, és örül, hogy otthonra lelt benne.

5.

Rangos elismerést érdemelt ki a csíkszeredai kórházban zajló stroke-ellátás

Arany fokozatot érdemelt ki a Csíkszeredai Megyei Sürgősségi Kórházban zajló stroke-ellátás az Európai Stroke Egyesület megítélése szerint: a 2020-as év ESO Angels díjai között a trombolízist végző romániai kórházak sorában 12 másik kórház mellett a csíkszeredai kórház is elismerésben részesült.

6.

OPTICA
OPTOFARM

ULTRA BLUE
-100 Lei

FOTOKROMATIKUS LENCSEK
Supercromic lencsék

-100 Lei

* A szürke és barna színű lencsére érvényes. Az akció a készlet erejéig tart.

NAPSZEMÜVEGEK
ÉS NAPLENCSEK
-20%

KEDVEZMÉNY A MÁS EGYSÉGBEN
KIÍRT SZEMÜVEGRECEPETEKRE
-10%

*AZ AJÁNLAT AUGUSZTUS 31-IG VAGY A KÉSZLET EREJÉIG ÉRVÉNYES.
www.optofarm.ro

Aktuális

Paranoia

Mózes Edith

Egy magát gazdaságinak meghatározó központi lap tegnap Magyarország és az erdélyi magyarság titkos terveiről cikkezett. Allítása szerint Magyarország „mindenre rá akarja tenni a kezét”, ami szabad fordításban azt jelenti, hogy – amint már megszokhattuk – valamiféle merényletet akar elkövetni Románia ellen.

Ezt a következtetést egy magyarországi politikus nyilatkozataiból vont le. A magyar hivatalosság arról beszélt, hogy az erdélyi magyarság igényli egy állami magyar egyetem létrehozását, amellyel a rendszerváltozás óta adós a román állam. Ezt a követelést a magyar állam támogatja, hiszen az erdélyi magyarság az Európai Unió legnagyobb őshonos kisebbsége, amely nem rendelkezik egy állami pénzből finanszírozott saját felsőfokú intézménnyel.

Felemlgette, hogy a Sapientia Erdélyi Magyar Tudományegyetem (EMTE) húsz évvel ezelőtt kényszerűségből magyar állami támogatással indult el, hogy megerősítse a magyar tudományosságot. Mint mondta, a Sapientia EMTE létrehozása az első olyan nemzetpolitikai program volt, amely új dimenziót nyitott az anyaország és az erdélyi magyarság kapcsolatában, és elkezdődött a székellyöldi tudományos felsőoktatási politika megvalósítása.

A magyar politikus egyebek között kijelentette, Romániának el kell döntenie, hogy részt kíván-e venni a Kelet-Közép-Európában létrejövő egységes gazdasági térben, vagy kizárólag az európai nagy országok

(Folytatás a 3. oldalon)

HARMÓNIA

Egészség – életmód – otthon

Szerkesztette: Menyhárt Borbála

Maria Cross: Gyógyítsuk meg a beleinket, meggyógyul a bőrünk

Akne, ekcéma, pikkelysömör, viszkető fejbőr... Lehet, hogy a beleink jeleznek?

Szerző: Maria Cross
Fordította: Czárán Judit

Vajon amit a tükrőben látunk, az bőrprobléma, vagy a beleinkkel van gond? Ha már kipróbált különböző gyógyszereket, krémeket és kenőcsöket, de egyik sem segített, lehet, hogy rossz oldalról közelítette meg a kérdést. Lehet, hogy mi nem szeretjük a bőrünket, amiben élünk, de számtalan mikroorganizmus igen, és örül, hogy otthonra lept benne. Ahogy a bélnek megvan a saját mikrobiomja – baktériumkolóniák, gombák, egysejtű mikroorganizmusok és mások –, a bőrnek is megvan a saját élő mikrobiomja. Többszörösen bizonyított, hogy kétirányú kommunikáció van a belek és a bőr között, és hogy ami a belekben történik, gyakran meglátszik a bőrön is.

A bőrbetegségek roppant komplex problémák, sokféle eredetűek. Nem vagyunk egyformák, minden eset széles körű kivizsgálást és egyedi kezelést igényel. Itt csak egy faktort vizsgálunk meg, a belek mikrobiomjának a szerepét a bőrbetegségek kialakulásában. Lehet, hogy ez önt is érinti.

Hol kezdődnek a bajok?

Rengeteg egészségi probléma vezethető vissza a belek mikrobiomjának a megváltozására. Arra, hogy a jótékony baktériumokat megtámadják a rosszak, és ezáltal felborul a bélflóra egyensúlya, amit *diszbiózisnak* neveznek. Amikor a diszbiózis bekövetkezik, megindul a harc. A bélbaktériumok versengeni kezdenek a táplálékért és a túlélésért, a patogén organizmusok kivirulnak, és sötét királyságukban tombolni kezdenek. A jelenlétüket fájdalommal, gázképződéssel, puffadással, székrekedéssel, illetve néha hasmenéssel jelzik.

A következő lépés ebben a lefelé vezető spirálban, hogy a belek áttersztövé válnak, és kialakul a *szívárgó bél szindróma*. A diszbiózis ugyanis károsíthatja a bél falát vagy hámszövetét. A hámszövet, amely csak egy sejtrétegből áll, védelmet képez a test és a külvilág között, és a „jó” baktériumoknak fontos szerepük van abban, hogy fenntartsák ezt a védelmet, illetve kinn tartásuk a nemkívánatos baktériumokat a mérgező anyagcsere-melléktermékeikkel együtt. Normális körülmények között a jó baktériumok minden rendbontóval gyorsan elbánnak, és azok a szokásos módon távoznak a bélből. De amikor a patogén baktériumok túlszaporodnak, és diszbiózist okoznak, a védelmi fal leomlik, a baktériumok anyagcsere-termékei bejutnak a vérbe, felhalmozódnak a bőrben, és megzavarják az egészséges bőr homeosztázist. Mindez immunreakciót vált ki a szervezetből. A bél fontos komponense a testünk védelmi rendszerének, és válaszként gyulladáskeltő anyagokat, például

citokinokat kezd kibocsátani, amelyek a véren keresztül eljutnak a bőrbe. Ennek egyik következménye a gyulladáshoz vezető betegség. Ez jelentkezik ekcéma (más néven atópiás dermatitisz), pikkelysömör, közönséges akne vagy seborrhoeás dermatitisz (egy korpaszerű fejbőr-betegség) formájában.

„Növekvő számú bizonyíték támasztja alá, hogy a bélben keletkező diszbiózis, vagyis a mikrobiális egyensúly felbomlása, szinte kivétel nélkül megfigyelhető a gyakori gyulladáshoz vezető betegségek esetében, mint amilyen az atópiás dermatitisz (AD), a pikkelysömör, a rosacea és a közönséges akne.”

Akne

A közönséges akne jelenleg a leggyakoribb bőrbetegség a nyugati világban, a kamaszpopuláció 79-95%-át érinti. Viszont meglepően ritka a vadászó-gyűjtögető, illetve tradicionális közösségekben. Az akne megjelenését elsősorban a faggyútúltermelés és a gyulladáshoz vezető citokinok megnövekedett száma okozza, de sok más dolog is hozzájárulhat, beleértve a baktériumok tevékenységét is. Egy baktérium különösen implikálva van a kérdésben, ez a *Cutibacterium acnes*, amely fontos eleme a bőr mikrobiomjának, és általában nem szokott gondot okozni, amíg nem burjánzik túl. De nemcsak a baktériumok járulnak hozzá az aknéhoz, hanem bizonyos gombák is, leggyakrabban a *Malassezia* és *Candida* típusúak. A *Malassezia* a leggyakrabban azonosított gomba az emberi bőrön, és csak akkor tekintjük patogénnek, ha – mint a *Cutibacterium acnes* esetében – a növekedése elszabadul. Az akne hagyományosan antibiotikumokkal kezelhető, ám a túlhasználat miatt bekövetkező antibiotikumrezisztencia fokozódásával az az elsődleges kezelés egyre kevésbé hatékony. De szükségesek-e egyáltalán az antibiotikumok? Egy 2020-as áttekintő tanulmány a probiotikumok (hasznos baktériumokat tartalmazó étrend-kiegészítők) hatását vizsgálva azt találta, hogy azok következetesen blokkolták az akne kialakulásáért felelős baktériumok szaporodását, és elnyomták a gyulladáshoz vezető citokinok tevékenységét. A probiotikumok és a prebiotikumok (azok az ételek, amelyek táplálják a barátságos baktériumokat) szintén megvédnek az aknétól azáltal, hogy megerősítik a védelmi gátakat.

„Az adatok egy 'pikkelysömör-mikrobiomként' definiált, meghatározott mikrobiális szerkezetre utalnak pikkelysömörrel élő betegeknek, amelyben a bél mikrobiális összetétele feltűnően eltér az egészséges populációtól.”

A barátságos bélbaktériumok csökkent szintje mellett úgy tűnik, hogy a pikkelysömörrel élő emberek bőrében és beleiben a *Candida albicans* és *Malassezia* gombák szintje viszont túl magas. Bár egyelőre nem sok vizsgálatot végeztek a probiotikumok hatékonyságáról pikkelysömör esetében, azok mind javulást mutatnak a betegség lefolyásában.

Ekcéma (atópiás dermatitisz)

Az atópiás dermatitisz, ismert nevén ekcéma, egy krónikus gyulladáshoz vezető betegség, amely a bőr kiszáradásával, illetve intenzív viszketéssel és sebképződéssel jár. Előfordulása egyre gyakoribb: a gyerekeknek akár 10-20%-a, a felnőtteknek pedig akár 3%-a is érintett lehet.

„Bár az atópiás dermatitiszt bőrbetegségnek tekintik, a belek mik-

robiomja is szerepet játszhat a betegség patogenezisében.”

Seborrhoeás dermatitisz

A seborrhoeás dermatitiszt zsíros sárga foltok jellemzik, és a *Malassezia* elszaporodásával társítható. A betegség a test faggyúban gazdag területein, a fejbőrön, az arcon (beleértve az orrot és a szemöldököt is), illetve a mellkason alakul ki. A faggyú zsírt és olajat tartalmaz, a koponyabőr pedig különösen sebezhető a seborrhoeás dermatitisz szempontjából, mivel gazdag faggyúmirigyekben. Ez a különböző *Malassezia* fajok szempontjából kifejezetten előny, hiszen azok virágoznak a faggyúzsíron. A baktériumok is szerepet játszhatnak a betegségben. Egy klinikai kutatás azt találta, hogy azok a vizsgálati személyek, akik tejsavbaktérium probiotikumot szedtek, javulást érzekelték a betegségük súlyossága, illetve a pikkelyes tünetek szempontjából a placebo szedőkhöz képest.

„... a probiotikum szájon át történő szedése egyszerű, biztonságos és olcsó módja lehet a bőrgyulladás hatáson alapuló kezelésének.”

A problémát annak gyökerénél kell megragadni

Ha az embernek olyan bélproblémája van, amelyek a tünetei a bőrön jelentkeznek, akkor a gyökerénél kell kezelnie a bajt. Ez jelentheti probiotikumok szedését, illetve, ha szükséges, a szívárgó bél szindróma meggyógyítását.

Honnan tudja az ember, hogy szívárgó a bele? Nem tudhatja, hacsak nem végeztet bélszívárgástesztet. Hasonlóképpen a diszbiózist, illetve az élősködő élesztőgombák túlburjánzását is székletvizsgálattal lehet megállapítani. De mielőtt dietetikushoz vagy más egészségügyi szakemberhez fordulna, próbáljon ki néhány alapvető étrendbeli változtatást, mert lehet, hogy ez meg is oldja a problémáját.

A lényeg az, hogy csökkentjük a gyulladást a beleinkben, és így a bőrünkben is. Az alacsony szintű krónikus gyulladás riasztóan elterjedt, a nyugati országokban a populáció mindegy 40%-át érinti. A nyugati típusú táplálkozás ugyanis súlyos károkat, disz-

biózist és gyulladást okoz az belekben.

Az egyik különösen veszélyes aspektusa az egészségtelen étrendnek a sok cukor, mivel a cukor közismerten gyulladáskeltő. Minden, ami hozzáadott cukrot tartalmaz, kerülendő, ahogy minden finomított szénhidrát is: a fehér rizs, a kenyér, a tészta, péksütemények stb. A gyulladáshoz vezető betegségeknek, amilyen például az akne, nagyon magas az előfordulása a nyugati világban, és ez a szénhidrátdús étrendhez köthető.

Szintén a „kerülő” élelmiszerek listáján vannak a finomított növényi olajok: a kukorica-, a szója- és a napraforgóolaj. Ezek az omega-6-ban gazdag növényi olajok közismerten gyulladáskeltők, és ezért, amennyire lehet, kerülni kell őket. Ha mégis olajban készítünk el egy ételt, használjunk kókuszolajat, vajot vagy extra szűz olívaolajat, és kerüljük a feldolgozott ételeket, amelyek szinte mindig tartalmaznak finomított növényi olajokat.

„A magas omega-6-bevitel minden gyulladáshoz vezető betegséggel, vagyis igazából az összes betegséggel összefüggésbe hozható.”

A következő lépés az, hogy célozzunk meg egy olyan étrendet, amely gazdag pro- és prebiotikumokban. A fermentált ételek különösen jó forrásai a probiotikumoknak. Ilyenek például az élőflórás joghurt, a kefir, a savanyú káposzta és a mizo.

A probiotikumok természetes gyulladásgátlók, úgyhogy etessük őket megfelelően probiotikumokkal. A legjobb prebiotikum-források a hagymafélék: a póréhagyma, a fokhagyma, valamint a cikóriagyökér, a kókusz, a répafélék, a spárga, az édesburgonya és a keresztesvirágú zöldségek, mint a brokkoli, a káposzta és a kelbimbó. A bél mikrobiomjának szerepe az egész szervezet egészségének

a megőrzésében sok friss kutatás központi témája, mégsem új felfedezésről van szó. Már 1911-ben *Milton H. Maek* gastroenterológus leírta, hogy az akne és az ekcéma kialakulása visszavezethető az emésztőszervekre, amelyeket ő a „betegségek legfőbb forrásának” nevezett. Ezt manapság bél-bőr tengelynek hívják. Figyeljen rá, hogy mit jelez önnek

Forrás: Maria Cross: *Heal Your Gut, Heal Your Skin*

Szendi Gábor: *Tények és tévhitek*



Illusztráció

Forrás: hazipatika.com

Csapatmunka és gyors segítség – ezen múlik a beteg élete Rangos elismerést érdemelt ki a csíkszeredai kórházban zajló stroke-ellátás

Arany fokozatot érdemelt ki a Csíkszeredai Megyei Sürgősségi Kórházban zajló stroke-ellátás az Európai Stroke Egyesület megítélése szerint: a 2020-as év ESO Angels díjai között a trombolízist végző romániai kórházak sorában 12 másik kórház mellett a csíkszeredai kórház is elismerésben részesült. A díjjal a stroke-ellátás terén kiemelkedő eredményeket elérő központokat és kórházakat ösztönzi. A Csíkszeredai Megyei Sürgősségi Kórházban 2020-ban 82 trombolízist végeztek, idén pedig mostanig 45 ilyen beavatkozás volt. Ez a vérrögoldó kezelés életmentő lehet, és sokat javíthat az agyi érkatasztrófát elszenvedett páciensek életminőségén. A stroke-ellátás csapatmunka: a mentősök, a sürgősségis, a radiológus és a neurológus szakorvosok és az osztályok személyzete csapatban kell dolgozzon ahhoz, hogy a beteg időben megkapja a szükséges kezelést. Az agyi érkatasztrófát szenvedett betegeket ellátó csapat tagja dr. Dabóczi Mátyás marosvásárhelyi származású ideggyógyász szakorvos, akivel a rangos elismerésről, valamint a stroke-ellátás menetéről beszélgettünk.



Dr. Dabóczi Mátyás

Menyhárt Borbála

– Az Európai Stroke-egyesület szerint a trombolízist végző romániai kórházak sorában az Önök intézményében zajló munkát is elismerték. Mit jelent pontosan az, amikor egy kórház élen jár ezen a téren?

– Az Európai Stroke Egyesület alapvetően a stroke-ellátás minőségét értékeli. Az akut stroke-ellátás egy óriási és összetett csapatmunka, amelynek több mozzanatát különböző mutatók által értékelik. Az egyik például az, hogy az agyi infarktussal a sürgősségre érkezett betegek közül hányánál sikerül a vérrögoldó kezelést alkalmazni. Ahhoz, hogy ezen a téren jól teljesítsünk, két nagyon fontos dolognak kell megtörténni. Az egyik az, hogy az agyi infarktusból szenvedő beteg a lehető leggyorsabban a sürgősségi osztályra kell kerüljön. Fontos tudni, hogy ez a kezelés csak a tünetek kezdetétől számítva 4,5 órán belül alkalmazható, azon túlmenően akár ártalmas is lehet, tehát ellenjavallt. Azt is tudni kell, hogy ha érelzáródás történik az agyban, akkor azokon az agyterületeken, ahova nem kerül vér, percenként kb. 1,9 millió idegsejt hal el. Tehát a megmenthető agysejtek száma nagymértékben attól függ, hogy mennyire tudjuk időben elkezdni a kezelést. Itt jön képbe a csapatmunka. A csapatunk része elsősorban a beteg, vagy az a személy, aki észreveszi valakinél a stroke tüneteit, és hívja a 112-t. A következő csapattag az, aki a telefonhívásra válaszol, és beazonosítja, hogy a tünetek alapján stroke-ról lehet szó, és ezért abszolút sürgősségként kezeli a hívást. Továbbá fontos szereplő az a mentős csapat, amelyik kikerül a beteghez, és értesíti a sürgősségi és a neurológiai ügyeletet a beteg állapotáról, a tünetek kezdetének időpontjáról és a várható szállítási időről. Ezután következik a második dolog, aminek meg kell történni.

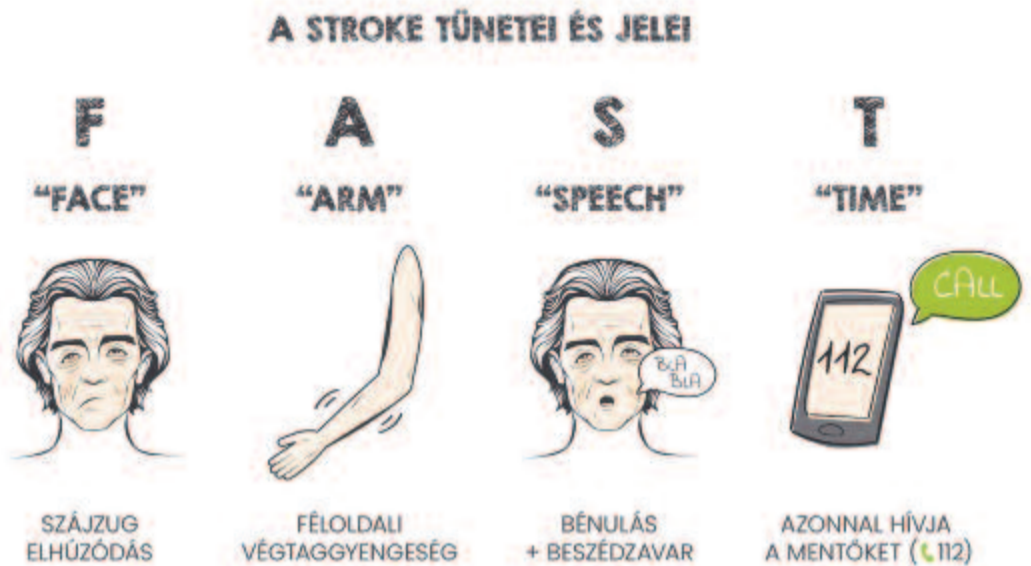
Ennek az érkatasztrófának két fő típusa van: az agyvérzés és az agyi infarktus. Leegyszerűsítve a dolgot, elképzeltünk egy csőrendszert, hiszen végül is az érrendszernek felel meg. Egy ilyen csőrendszerben a meghibásodás két módon történhet: vagy kiszakad a cső, ami a stroke esetében agyvérzést jelent, vagy eldugul a cső, ami agyi infarktust eredményez. Tünetek alapján nem lehet elkülöníteni az agyvérzést az agyi infarktustól, ehhez CT-vizsgálat szükséges. A trombolízis csak abban az esetben alkalmazható, ha valami elzárja az ereket, amit mi fel próbálunk oldani, tehát agyi infarktus áll fenn. Ha agyvérzéssel állunk szemben akkor az erős vérhígítás csak tovább rontana a helyzeten, szóval ez az egyik alap-ellenjavallata a kezelésnek. A másik alapvető ellenjavallat, ha a tünetek már több mint 4,5 órája kezdődtek. Sajnos ez könnyen megtörténhet, főleg, ha a szerencsétlenség alvás közben történik. Ilyenkor, mivel pontosan nem tudjuk meghatározni a kezdet időpontját, azt kell

nie, mégpedig az, hogy a sürgősségi osztályra érkező beteg mielőbb megkapja a vérrögoldó kezelést. Ehhez a sürgősségi ügyelet és a neurológus orvos a beteg bejelentése nyomán úgymond előkészíti a terepet, hogy minél gyorsabban történjenek meg a szükséges kivizsgálások. A radiológia és labor másik két fontos „csapattag” ebből a szempontból. A fej CT-vizsgálatát mielőbb el kell végezni és ki kell értékelni, illetve a véranalízisek eredménye mielőbb meg kell legyen. Ahogy a beteg megérkezik, a neurológus és a sürgősségi orvos felméri az állapotát, az asszisztens vért vesz. Ha a CT-vizsgálat, a véranalízisek eredménye, illetve a beteg kórelőzménye megengedi, akkor alkalmazható a trombolízis. Azonkívül, hogy az összes agyi infarktusból szenvedő beteg közül hányánál sikerül ezt a kezelést alkalmazni, más minőségi mutató például a sürgősségen való megjelenéstől a kezelés elkezdéséig eltelt idő, illetve persze a beteg kezelés utáni állapotbeli változásának mutatói.

– Pontosan miben áll a trombolízis beavatkozás, illetve alkalmazható-e minden stroke-ot szenvedő páciens esetében? Milyen esetekben ellenjavallt?

– A trombolízis vérrögoldást jelent. Konkrétan egy nagyon erős vérhígító kezelés, amivel mi megpróbáljuk ez elzáródott ereket a vér számára újra átjárhatóvá tenni. Magát azt a betegséget magyarázva, amely esetén alkalmazzuk, kezdeném azzal, hogy a stroke angol szó, jelentése ütés, csapás. Talán ez is a legmegfelelőbb kifejezés erre a betegségre, mivel csapás mind az ebben szenvedőnek, mind a családnak. Hirtelen következik be, és a következményei nagyon súlyosak, akár végzetesek is lehetnek. Orvosiilag a stroke agyi érkatasztrófát je-

Foto: teszt8 dialogkommunikacio.hu



kezdeti időnek vegyük, amikor a beteg lefeküdt, és még jól volt. Emiatt sajnos sokan elesnek a kezeléstől. Ezek mellett egy sor ellenjavallata van a kezelésnek, a kórelőzményből ismert, fokozott vérzékenységgel járó betegségek, vérhígító kezelések, traumák, daganatos betegségek és mások. Fontos, hogy a hozzátartozók ismerjék a kórelőzményt, a gyógyszeres kezelést, illetve az, hogy elérhetőek legyenek, hogy ezeket a fontos információkat közölni tudják az orvosokkal.

– Mióta végeznek a csíkszeredai kórházban trombolízist, és évente hány páciensen sikerül segíteni ezzel a beavatkozással?

– 2019 májusában kezdtük alkalmazni ezt a kezelést. 2020-ban 82 trombolízist végeztünk, idén eddig 47-et.

– Melyek azok a tünetek, amelyek jelzik a páciensnek, illetve a környezetében lévőeknek, hogy az illetőnek stroke-ja van, és azonnal mentőt kell hívni?

– A tünetek felismerésére a következő angol betűszót jegyezzük meg: BE FAST!

B: balance – azaz, ha valakinek az egyensúlyával lesz problémája, szédül, esetleg hányingere lesz, hányik;

E: eye – hirtelen látászavar alakul ki;

F: face – az arcszimmetriára utal, „elcsavarodik” a beteg szája;

A: arm – meggyengül a beteg egyik végtagja;

S: speech – beszédzavar;

T: time – idő. Ha az előző tünetek bármelyikét észleljük, akkor az idő a legfontosabb: mielőbb mentőt kell hívni. Percenként 1,9 millió agysejt halhat el. Time is brain – az idő agysejtekbe kerül.

– A stroke állítólag világszerte a rokkantságot okozó patológiák sorában. Melyek a leggyakrabban visszamaradó tünetek egy stroke után?

– Annak függvényében, hogy az agynak melyik része sérül, külön-

végül is az agynak olyan részei fogják ezeket a funkciókat ellátni, amelyek eddig ezt nem tudták. Türelem kell hozzá, rengeteg odafigyelés a család és hozzátartozók részéről, illetve motiváltság a beteg részéről. Emellett elkel a szakemberek segítése és tudása is, így gyógytornász, logopédus, neurológus hozzájárulása. Sajnos Hargita megyében hiány van az ilyen jellegű intézmények terén. A kórházban csak rövid ideig tudjuk a gyógytornát biztosítani, ahhoz viszonyítva, hogy mennyi ideig lenne a betegeknek erre szükségük. Kibocsátás után általában sajnos a családra hárul a feladat, hogy szakember segítségével folytassák a rekonstrukciót.

– Ön Marosvásárhelyen született, és itt élt, mielőtt a Csíkszeredai Sürgősségi Kórházat választotta munkahelyéül. Miért irányult az ideggyógyászati szakterület irányába, és döntött egy kisebb városban lévő kórház mellett?

– Mindig a reál tantárgyak vonzottak, liceumban is matematika-informatika szakon végeztem. Az orvoslásban is a logikát kerestem, és a neurológiában, illetve az idegrendszer működésében ezt véltem felfedezni. Minden mindennel összefügg, egy-egy tünetből következtetni lehet, hogy az idegrendszernek melyik része káro-

böző funkciói eshetnek ki. Így például beszéd, látás, mozgás, egyensúlyproblémák maradhatnak vissza.

– Mennyire nehéz és hosszú a rekonstrukció egy stroke után, illetve vannak-e a környékünkön, Székelyföldön vagy akár Erdélyben olyan intézmények, amelyekre a családok számíthatnak abban, hogy segítsék szerettük felépülését?

– Szerencsére az agy tud alkalmazkodni, és ha bizonyos szerepeket ellátó területei károsodást szenvednek, ezek funkcióit idővel a megmaradt részei átvehetik. Ez egy tanulási folyamat, olyan, mint amikor a gyerekek tanulják a végtagjaikat használni, vagy beszélni, mert

sult, majd a klinikai képet, labort és imagisztikai eljárásokat összevetve pontos diagnózisokat lehet felállítani. Marosvásárhelyen rengeteget láttam és tanultam a neurológia-szakma szaktekintélyeitől, többek között a trombolízis menetét is. Úgy éreztem, a tudásomat itt, Csíkszeredában a betegek javára és a kórház szakmai előrevitelére tudom majd felhasználni. Rezidensként, itt ügyeletet vállaltam úgy láttam, hogy a több tapasztalattal rendelkezők és a fiatal orvosok egyaránt nyitottak az újdonságokra, és úgy éreztem, hogy velük, csapatként együttműködve, akár nemzetközi szinten elismert eredményeket is el tudunk érni.



Foto: Facebook (Csíkszeredai Sürgősségi Kórház)

Több mint anyatejes táplálás: biztonság, védelem, egymásra hangolódás A szoptatás világhete

Augusztus 1. az anyatejes táplálás világnapja, augusztus első hete a szoptatás világhete. Ez alkalomból az anyatejrel való táplálás előnyeire hívták fel a figyelmet a Csíkszeredai Sürgősségi Kórház közösségi oldalán közzétett közleményben, ezáltal is ösztönözve az édesanyákat, hogy az esetleges nehézségek ellenére is tartsanak ki a szoptatás mellett.

A szoptatás több mint anyatejes táplálás. A szoptatás védelem, biztonság, a baba és édesanyja egymásra hangolódása is. Az anyatej a kisbabák legideálisabb és teljes értékű tápláléka a megszületéstől kezdve az élet első hat hónapjában. Mindamellett, hogy az összetétele a baba életkorától, sőt a napszaktól függően is változik, az anyatej nemcsak a gyarapodáshoz szükséges tápanyagokat tartalmazza, hanem ezek mellett még számos fontos alkotóeleme is van.

A kisbabáját anyatejrel tápláló anya immunrendszere által termelt általános és specifikus védőanyagok kis mennyiségben mind kiválóak az anyatejben (ezt nevezzük passzív immunvédelemnek). Emellett az anyatej számos más, a kisbaba harmonikus testi (-lelki) fejlődése szempontjából fontos anyagot tartalmaz: sokféle fehérjét, amelyeknek többek között az idegrendszer érésében van kulcsszerepük, vagy a baba emésztőrendszerének fejlődéséért fontos „jó” baktériumot (probiotikumokat) és azok tápanyagául szolgáló anyagokat (prebiotikumokat) tartalmaz. A legújabb kutatási eredmények arra

engednek következtetni, hogy az emésztőrendszerünkben található sok millió különféle mikroorganizmus alkotta bélflóra az eddig ismertnél sokkal összetettebben hat az egészségünkre, elsősorban az immunrendszerünk révén. Születéskor az újszülöttek tápcsatornája lényegében „lakatlan”, a táplálékkal az első napokban-hetekben bevitt baktériumok fogják egy életre megalapozni a bélflóráját, az egészséget, kiváltképp pedig bizonyos betegségekre való hajlamát (ételérzékenységek és más allergiák, sőt egyes daganatos betegségek is). A gyermekét anyatejrel tápláló édesanyja az élelem mellett egészséget is ajándékozik kisbabájának – mekkora kincs ez!

Az anyatejben található, a baba még éretlen, alakulóban levő immunrendszerét támogató, fejlesztő és a betegségek ellen őt védő anyagok különösen fontosak a jelenlegi világvilág idején. Bármielyen betegséggel szemben is, ha az anyai szervezet ellenanyagokat (úgynevezett specifikus antitesteket) termel, ezek az anyatejben is jelen vannak. Így az az édesanyja, aki védett bizonyos fertőzések ellen (akár mert már átesette a fertőzést, akár védőoltás útján szerezte meg a védettséget, és a vérében kimutathatók az ellenanyagok), amennyiben szoptatja kisbabáját, ő is védett lesz a megbetegedés ellen. Az elmúlt egy évben, mióta léteznek az új típusú koronavírus elleni védőoltások, egyre több ismeretünk van arról, hogy egyes oltóanyagok, oltástípusok biztonságosan felvehetők várandós vagy szoptató kismamák által is.

Az így megszerzett védettség sokkal biztonságosabban elérhető a betegségtől való felépülés útján szerzett védettséggel szemben, hiszen a betegség sokkal inkább megterhelheti a szervezetet, és a kimenetele bizonytalan.

A kézmosás és a személyes higiénia kifejezetten fontos, nem csak világvilág idején. Az anyatejrel táplált kicsik ritkábban betegszenek meg, és egy esetleges betegség esetén felgyógyulásuk is gyorsabb.

Ha a családban betegek vannak, a gyógyulásig lehetőleg kerüljük a közvetlen kontaktust a kismamával és babájával.

Amennyiben a szoptató édesanyja megbetegszik, a lehetőségekhez mérten tartsa fenn a kisbabája anyatejes táplálását (a kezelések, gyógyszerek kiválasztásánál figyelembe kell venni, hogy melyek alkalmazhatók biztonságosan).

Antibiotikumokat csak indokolt esetben és módon kell használni; az anyatejben található jó baktériumok pedig segítenek visszaállítani a bélflóra egyensúlyát.

A levegő vagy cseppfertőzés útján terjedő betegségek esetén sem kötelező abbahagyni, felfüggeszteni a szoptatást, csupán fokoztan kell figyelni a kézmosásra, tisztaságra, orrot és szájat takaró maszk viselésére a baba közelében – az anya szervezetében a betegség leküzdésére termelt ellenanyagok átjutnak a tejbe, és védik az anyatejrel táplált babát is.

Amennyiben az alapvető higiéniai szabályokat betartjuk, csak nagyon ritka esetben szükséges hőkezelní (pasztörizálni) az anyatejet fogyasztás előtt.

Ha a szoptató édesanyja egészségi állapota megengedi, javallott beadatni a koronavírus elleni védőoltást (erről konzultáljon szakorvosával, háziorvosával).

A koronavírus-járványon kívül

még sok más súlyos járványos betegség leselkedik ránk: fontos a kötelező védőoltások beadatása.

Ha a szoptatás során az édesanya bármikor elbizonytalanodik vagy nehézségekre ütközik, bátran forduljon segítségért képzett szakemberekhez – olvasható a Csíkszeredai Sürgősségi Kórház Facebook-oldalán elérhető közleményben.

Ember és állat harmóniája Nyaralás kedvencel vagy nélküle

Ahhoz, hogy a tulajdonosok kellemesen nyaraljanak a házi kedvenceikkel, több mindenre kell odafigyelni. A kutya, macskás gazdák nyári szabadságolásának egyik fő kérdése, hogy kedvencükkel vagy nélkülük nyaraljanak-e. Aki rövid időre sem akar megválni kedvencétől, kereshet olyan kutya barát nyaralóhelyeket, ahol állat kíséretében is foglalhat szállást. Az állat gazdája azonban időnként négylábú kedvence nélkül is nyaralhat, amennyiben lehetősége van erre, igaz, kutya esetében számolni kell a hangulátváltozással.

Szer Pálosy Piroska

A nyaralás úti céljának meghatározásakor feltétlenül figyelembe kell venni a kutya igényeit, többek között azt, hogy lesz-e elegendő helye szaladgálni, miként lehet oda jutni, szabad-e kutyát vinni, és adott esetben milyen feltételeknek kell megfelelni. Aki úgy dönt, hogy kutyájával kirándul, ajánlott tájékozódni arról, hogy fertőző betegségekkel, veszélyes parazitákkal kell-e számolni. Nem elhanyagolandó szempont a kutya barát szálláshely sem, ezért feltétlenül előre kell tudakozódni arról, hogy bevihető-e a kutya a szállodába, nyaralóba vagy a kempingbe, esetleg milyen helyi szabályok vonatkoznak a kutyákra. Van-e külön előírás a kötelező póráz vagy szájköszőr használata? Van-e a kutyák számára kialakított strand, ahol a kedvenc póráz nélkül is hancúroz-

hat? Egy állat gazdája azonban nem felelőtlen akkor sem, ha időnként négylábú kedvence nélkül szeretne nyaralni, mivel az úti céltól és a tervezett programoktól függően nem mindig kellemes az állatnak, ha hosszabb útra kirándulni viszik. Abban az esetben, ha otthon kell maradnia, olyan barátoknál vagy rokonoknál érdemes hagyni, akiket a kutya ismer és elfogad, és akik megfelelően bánnak vele. Csak így lehet a nyaralás mindenki számára igazi kikapcsolódás.

Hangulátváltozás vagy depresszió?

Megtörténhet azonban, hogy egy ismerősre bízott állat a gazdi hiányában kedvetlenül válik, és még a táplálékot is elutasítja, elvonul az ideiglenes gondozóitól. A szakirodalom szerint nem létezik depresszió a kutyáknál, hanem viselkedési zavarként említik az emberi depresszióhoz hasonló állapotot, ami általában lelki okokra utalhat. A kutyák hirtelen hangulátváltozásáról, a tünetek kiváltó okairól és a megszüntetéséről dr. Pálosi Csabát, a Noé Barkedővizsgálóközpont vezetőjét kérdeztük. Amint a szakember kifejtette, bizony nem minden kutya viseli jól a környezetváltozást. Ha van olyan ismerős, aki szívesen felügyel a társállatra, akkor az a legjobb megoldás, ha otthonában maradhat, akkor ugyanis nem kell idegen környezetet megszoknia, és az egyéni igényeit is jobban ki lehet elégíteni. Amennyiben erre nincs lehetőség, akkor a kutyapanziók is alternatívát jelentenek, de érdemes tájékozódni, hogy milyen előírásoknak kell megfelelni a bekerüléshez, és időben kell foglalni,

mert néha túlszűfoltak. A legfontosabb, hogy a féreghájtással és oltásokkal napirenden legyen az állat. A depresszió nem csupán az emberek népbetegsége, ugyanúgy kutyáknál is jelentkezhet. A kiváltó okok, tünetek és kezelési módszerek az ő esetükben is hasonló az emberekéhez. Depresszió alakulhat ki egy gazdi vagy társakutya elvesztése miatt, de a hirtelen környezetváltozás, megváltozott tartási körülmények, elköltözés, válás, bezártság,



magány, erőszakos bánásmód, akár egy új állat vagy ember megjelenése a háztartásban is kiváltó ok lehet. Egy kutya meg tudja gyászolni a szeretett személy elvesztését, szenvedhet a változások okozta problémáktól, és éppúgy ingadozhat a hangulata, akárcsak az embernek. A különbség állat és ember között csak az, hogy az előbbiek nem tudják szavakkal kifejezni a sérelmeiket, ezért a gazdáknak kell odafigyelniük, észrevenni és megérteni a bajt kiváltó okokat. Ugyanez igaz a boldog, kiegyensúlyozott állatokra, róluk is könnyű megállapítani az örömet, elégedettséget, biztonságérzetet a gazda közelében. Enyhébb hangulátváltozások vagy levertség természetes jelenség a kutyáknál, akárcsak az embereké. Azonban a tartós szomorúság, passzivitás, érdektelenség, fáradékonyabb állapotok súlyosabb problémákra utalhat. Először is meg kell bizonyosodni arról, hogy nem egészségi okai vannak a változásoknak. Ha ez ki van zárva, akkor valamilyen pszichológiai problémára lehet gyanakodni. A depressziós magatartás idősebb kutyáknál jelentkezik, általában a lakásban élőknel, mivel a gazdával rendkívül szoros

kötődés alakul ki, új családhoz kerülve pedig szüksége van kéthárom napra, míg megszokja a változást. A depressziós magatartás kevésbé jellemző az udvaron tartott kutyákra, mivel azokat sokkal több külső inger éri. Minden kutyánál eltérő tünetei lehetnek a depresszióknak, a leggyakoribb az étvágyvesztés, az aktivitások iránti érdektelenség, elvonulás, a mancsok nyalogatása. A hangulátváltozásnak fizikai tünetei is lehetnek, amelyek akár súlyosabb testi megbetegedésekhez is vezethetnek, mivel a kutya leggyakrabban a szervezete, ha nem eszik vagy nem iszik eleget. Ha az ételt el is utasítja, arra figyelni kell, hogy vizet fogyasszon, mert ha dehidratálódik a szervezete, súlyos egészségkárosodást szenvedhet. Fontos, hogy a depressziós állathoz állandó vagy ideiglenes gazdiként ugyanolyan empátiával, türelemmel és törődéssel forduljanak, mintha emberről lenne szó. Sokkal több törődésre, játékra, sétára, jutalomfalatra van ilyenkor szükség, mint általában. Ha teljesen elutasítja az ételt, próbálkozni lehet inycsökkentővel, például főtt csirkemellfalatkákkal vagy olyan táplálékkal, amit előbb-utóbb elfogad.

Meg kell próbálni változatos tevékenységekkel feldobni a házi kedvencet, elvinni új helyekre, kutyák közé szocializálni, hogy minél több és változatosabb új inger érje. Sokat kell simogatni, közös programokat szervezni és éreztetni a szeretetet. Az is segíthet, ha az ideiglenes gondozónak sikerül a megszokott sétáltatási helyre elvinni a kedvetlen állatot annak érdekében, hogy érezkelje, előbb-utóbb visszaállhat a régi rend, és megnyugszik.

Az asztrológus gondolatai

Tóth Sándor

Mottó: „A fény mindig utat mutat annak, ki a mélyben kutat.”

Idén augusztus 22-től szeptember 22-ig tartózkodik a Nap a Szűz jegyében. Beléptünk a nyár utolsó harmadába. Meleg volt, néha kánikula, és a vírusrizéria is alább hagyott. Ránk fért a pihenés és a viszonylagos nyugalom. Túl vagyunk a „maszkos olimpián” is, az elhalasztott, de nem elszalasztott izgalmakon. Ki-ki szurkolhatott kedvencének, legyen az pórnp vagy mogul, a tv képernyője mögül. Nézegettük sportolóinkat, a fanatikusabb részünk dacolva az éjszakai alváshiánnyal. Megállapíthattuk újra, hogy jó magyarnak lenni, sportolóink becsülettel helytálltak.

Kissé elmaradtak a várakozástól a gender útvesztőjébe került sportolók, de a férfi hősök és amazon hölgyek teljesítménye sok esetben örömmel töltötte el a szívünket. Tokióban nem volt szívárvány, és a térdepelés sem hódított, de az összetett kéz és a keresztvetés gyakori látvány volt azok körében, akik feljutottak a bajnoki dobogóra.

Reménnyel tölthet el az, hogy feyelemmel, szorgalommal, kitartó munkával a legnehezebb akadályokat is le lehet győzni. Ezt a tanulást érdemes levonni, majd alkalmazni, amikor szükségünk lesz rá.

A Szűz egyik legnagyobb erénye a racionalitása. A föld elem képviselői közül ő az egyetlen, aki változtatni tud és igyekszik is megalkotni azt a rendszert, mely biztosítja a jólétét. Megtartani, ami fontos, és elvetni azt, ami lényegtelen: ez a jövő záloga. Kerüli az érzelmeket, mert azok bezavarhatnak a józan életvitelébe. Elmerül a legapróbb részletekben, ő a született minőségellenőr. A kritikus. Meglátja más szemében a szálkát. Saját magával megbocsátóbb, de ki nem az, aki rendelkezik egészséges éntudattal? Ő a legjobb és legmegbízhatóbb munkaerő. Bírja és szereti, ha új feladatokat kap, és ezeket igyekszik is maximálisan elvégezni. A Szűz-érdekltségű embertársaink körében a legelterjedtebb az egészséges életmódra való törekvés. Mivel ez a mindenkori ember megoldatlan, illetve erőfeszítéseket igénylő tevékenység-halmaza, érdemes megvilágítani néhány gondolat erejéig ezt a

problémát. Az egészség nem más, mint az egység megelégedése. A fizikai síkon, az ellentétek földi dimenziójában az egyén teljessége csak ideig-óráig megélhető. A megoldás a harmonikus kapcsolódásokban keresendő egy ellentétes nemű emberrel, ahol a férfi és női energiák kiegészítik egymást. Tévút a nemek harca, a „ki fontosabb” kérdésköre, mert az a valóság, hogy egyik fél sem létezhet a másik nélkül. Mivel ezt sokan nem értik, és felülnek némely hamis ideológiák vágyvilágára, konfliktusba keverednek, feszültségek alakulnak ki, amik a helyes leveletés nélkül halmozódnak, elfojtódhatnak és besűrűsödnek. Az egó hazudik önmagának, igyekszik kényszeresen megfelelni a tükörnek, a világ külső visszajelzéseinek. Olyasmit is megteszünk, ami ellen a belső énünk tiltakozik. A bevett, megemészthetetlen cselekedeteink, melyeket megfelelési kényszerünk eredményez, egy önmagunk ellen forduló energiát, egy belső görcsöt, egy elakadást generál. Így születnek a tünetek és a betegségek. Ahelyett, hogy komolyan vennénk a jelzéseiket, és megoldanánk az igazi problémáinkat, gyógyszerekkel, gyógynevé-

nyekkel és divatos csodaszerekkel nyomjuk még mélyebbre őket. Ezért, ha időlegesen le is győzzük a tüneteinket, a betegség mint jelzés nagyobb intenzitással fog jelentkezni, mert eljön az idő, amikor a szőnyeg alá söprés és a struccpolitika már nem válik be.

Mi, asztrológusok, és reményeim szerint mind többen gondoljuk úgy, hogy a tudatos élet és egészséges életmód annyit jelent, hogy felvállaljuk a sorsfeladatun-

kat, és akkor is tesszük a dolgunkat, ha néha egy-egy esemény le-törtli egónk önelégült mosolyát. Az analógiás gondolkodás eligazít tudatos életünk ösvényein. Ezt a szimbólumnyelvet használja az asztrológia, és ezért nevezték az ókorban királyi tudománynak.

Vigyázzanak magukra és egymásra!

Véleményüket, gondolataikat megírhatják az asztros@yahoo.com e-mail-címre.



1.		JULIUSBAN ÜDÜLŐ SOR	SZÁNT	...HAFUN, KELET-AFRIKAI FOK	LATIN ÉS	XVIII. SZ. SZERZETES SZÓNEK (BENEDEK)	KERGET RACHMANINOV OPE-RÁJA	ÁTKAROL	SZÓTOLDA-LÉK	SPANYOL ÉS PORTUGÁL AUTÓJEL	AGY-VÉRZÉS, SZELÜTÉS	TÉLI CSAPADÉK NŐI NÉV (AUG. 12.)	IJED, RETTEN	VATIKÁNI, OMÁNI ÉS NÉMET AUTÓJEL	MEGGYŐZŐ-DÉS
Egy szerző nélküli megállapítást idézünk a rejtvény fősoraiban.		A													G
	FÜGGŐ-ZÁRRAL LÁT EL						FÜBEN REJTŐZIK JÓKAINÉ SZEMÉLYNEVE					GÓRÓG BETŰ R. ALTMAN FILMJE			
	ÉRETTÉ VÁLÁS JEMENI VÁROS				HAD USA FOCIS (ALEXI)					OSTROMOL ...TEKERCS (BEJGLI)				EGYESI SZILÁRDUL A VÉR	
ÉNEK ALKONYAT-KOR	2.	OSZTRÁK VIDÉK	PETŐFI VERSE AKTA		BŰNHŐDIK MÁSOLOT				NEM MEGY EL FR. FESTŐ (JEAN-BAPTISTECAMILLE)					NÉVELŐ AB ... (HARAGGAL, LATIN)	
				A SZARKA FARKA! MAGYAR HEGYSÉG		F. BAUM VARRÁZSLÓJA NÉMET SZEMÉLYNEVMÁS		CÁPAFEJI IDEGEN SÁRAI			ÓRÓMAI RÉZPÉNZ CSAK FÉLIG!		LÓTH ... (SZÍNÉSZNŐ) FÉLELEM!		
ÍRORSZÁG HONI NEVE							INDIAI KIRÁLY VOLT ...SVEVO (OLASZ IRÓ)					FR. OPE-RETT-SZERZŐ ÓKORI			
SPANYOL FŐUR				INDUSZTRIALIS PÁLMA-FAJTA				A KAKAS ÉS ... (FABULA) A ZSIRÁF ROKONA					MEUSE (FOLYÓ) MÁS NEVE SPENÓT		
FRANCIA FIZIKUS															
			AUTÓVER-SENYŐZŐ-FELE RÓMAI 1050			HALOTTI LA-KOMÁRA VONATKOZIK ELEKI!					ÉTLEN NÉPI SZINTÉN		TOLD A SZÉLEINI ARAT!		MENNYISÉ-GET ÁLLAPÍT MEG
ÜRES TÁLI FELTÉVE			MEZEY... (SZÍNÉSZNŐ) TÉVESEN JEGYEZ			FÜGGŐZÁR ELLEN (LATIN)				VÁLYÚ OLASZ MATE-MATIKUS (GIOVANNI)					A KÉN VEGYELE OLASZ NÉVELŐ
		SZELLEMEK ÖTLETES É-FRANCIA VÁROS			AZ ISZLÁM ISTENE SVÁJCI VÁROS				NÖVÉNY-KEZDEMÉNY ...TENGER (ANTILLA-T.)					LEKVÁR USA-SZABVÁNY	
AZ EGYIK OLDAL			AKKOR INDUL! TASZÍTÓ		TANKBELSŐ! NOBEL-D. VEGYÉSZ (GYÖRGY)		OPUS (RÖV.) IDEGEN MŰVÉSZET		KICSINYÍTÓ KÉPZŐ FA DÍSZE			KICSINYÍTÓ KÉPZŐ A FOLYÓN LEFELÉ		LE KENŐ-ANYAG	
ANGLIAI ÓSKALÓ			FŐÜTŐÉR CSÜNG				FELVIDÉKI KISVÁROS ANGOL FÜL					JÖVENDŐ-MONDÓ VISZÁLY-ISTENNŐ			RÓMAI 1000 SZÍN
ONNAN				FRANCIA FOLYÓ KETTŐS BETŰ				FELVIDÉKI FOLYÓ (ÁRVA) SZOLMIZÁ-CIÓS HANG					HÁZBÉRLŐ A TUR PARTJAI!		
			IGAZOLATLAN HIÁNYZÁS MAGYAR AUTÓJEL			ÁLSÁGOS, HAMIS A METRÓ JELE					... TROLL (HEINE) SPANYOL AUTÓJEL				BIOLOGIA-LAG LÉTEZIK FÜSTBEN VAN!
SPANYOL EXKIRÁLY-NÉ															L.N.J.

Augusztus 12-i rejtvényünk megfejtése: **Pénzzel sok mindent megtehetsz, fiatalsgot mégsem vehetsz.**

Simona Halep megszerezte első győzelmét a három és fél hónapos kihagyás után

Simona Halep megszerezte kedden első győzelmét a lábsérülés okozta több mint három és fél hónapos kihagyás után – a 2.114.989 dollár összdíjazású cincinatti torna első fordulójában 6:4, 3:6, 6:1-re múlta felül a lengyel Magda Linette-et.

Halep május 2-a óta nem nyert mérkőzést, akkor a kínai Cseng Szaj-szajt győzte le 6:0, 6:4-re a madridi torna második fordulójában, majd két nappal később a nyolcaddöntőben vereséget szenvedett a belga Elise Mertentől (4:6, 7:5, 7:5).

A római torna második körében, május 12-én lábsérülés miatt feladta a mérkőzést a német Angelique Kerber ellen, és azóta nem lépett pályára a múlt hétig. A montreali torna volt az első, amelyen indult, de ott nem jutott tovább az első körből, miután 2:6, 6:4, 6:4-es vereséget szenvedett az amerikai Danielle Collinstól.

A cincinatti torna első körében két óra és tíz perc játék után sikerült legyőznie a világranglista 44. helyén álló lengyel ellenfelét.

Az első szettet 6:4-re nyerte Halep, miután 2:0-ra és 3:1-re is vezetett, és bár Linette kiegyenlített 3:3-ra, a román lánynak sikerült ismét elvennie az adogatását, és ez döntőnek bizonyult.

A második játszmában többet hibázott Halep, így a lengyel elhúzott 3:0-ra, majd 4:1-re, amikor a román teniszező orvosi szünetet kért. Ezután megnyert egy játékot, az eső miatt azonban félbeszakították a találkozót, majd a pályára való visz-



Extra nagy mosoly a hosszabb idő után aratott első győzelemre, írta közösségi oldalán a román teniszező
Fotó: Simona Halep (Facebook)

szatérés után Linette-nek ment jobban a játék, és sikerült megnyernie a szettet 6:3-ra.

A döntő játszmában Halep megnyert sorozatban 5 gémet – úgy, hogy két adogatójátékánál 3-3 bréklabdát hártott –, majd 6:1-re lezárta a szettet és ezzel a mérkőzést is.

Simona Halep 11 ászút ütött a mérkőzésen, három kettős hibát vétett, 26 nyerő ütése és ugyanannyi ki nem kényszerített hibája volt. Li-

nette négy ászút ütött, 28 nyerő ütéset mutatott be, és 32 ki nem kényszerített hibát könyvelhetett el.

A második fordulóban az amerikai Jessica Pegula és a Montrealban diadalmasan olasz Camila Giorgi közötti mérkőzés győztese lesz Simona Halep ellenfele.

A szintén főtáblára került Sorana Cîrstea már az első fordulóban búcsúzott a tornától: a hétfői játéknapon 6:2, 6:0-s vereséget szenvedett a svájci Jil Teichmantól.

Európai focikörkép

* *Angol Premier Liga, 1. forduló:* Brentford – Arsenal 2-0, Burnley – Brighton & Hove Albion 1-2, Chelsea – Crystal Palace 3-0, Everton – Southampton 3-1, Leicester – Wolverhampton 1-0, Manchester United – Leeds United 5-1, Newcastle United – West Ham United 2-4, Norwich – Liverpool 0-3, Tottenham – Manchester City 1-0, Watford – Aston Villa 3-2.

* *Spanyol La Liga, 1. forduló:* Valencia – Getafe 1-0, Osasuna – Espanyol 0-0, Cádiz – Levante 1-1, Mallorca – Betis 1-1, Alavés – Real Madrid 1-4, Celta Vigo – Atlético Madrid 1-2, FC Barcelona – Real Sociedad 4-2, Sevilla – Rayo Vallecano 3-0, Villarreal – Granada 0-0, Elche – Athletic Bilbao 0-0.

* *Német Bundesliga, 1. forduló:* Mönchengladbach – Bayern München 1-1, Borussia Dortmund – Eintracht Frankfurt 5-2, Wolfsburg

– Bochum 1-0, Union Berlin – Bayer Leverkusen 1-1, VfB Stuttgart – Greuther Fürth 5-1, Mainz – RB Leipzig 1-0, Augsburg – Hoffenheim 0-4, Arminia Bielefeld – Freiburg 0-0, 1. FC Köln – Hertha BSC 3-1.

* *Francia Ligue 1, 1. forduló:* AS Monaco – Nantes 1-1, St. Etienne – Lorient 1-1, Troyes – Paris St. Germain 1-2, Metz – Lille 3-3, Bordeaux – Clermont 0-2, Montpellier HSC – Olympique Marseille 2-3, Nice – Reims 0-0, Lyon – Brest 1-1, Strasbourg – Angers 0-2, Stade Rennes – Lens 1-1; 2. forduló: Clermont – Troyes 2-0, Lorient – AS Monaco 1-0, Nantes – Metz 2-0, Olympique Marseille – Bordeaux 2-2, Lille – Nice 0-4, Paris St. Germain – Strasbourg 4-2, Lens – St. Etienne 2-2, Angers – Lyon 3-0, Brest – Stade Rennes 1-1, Reims – Montpellier HSC 3-3.

Messi jövő vasárnap mutatkozik be a PSG-ben

Lionel Messi jövő vasárnap, a Stade de Reims elleni idegenbeli bajnoki mérkőzésen mutatkozik be a Paris Saint-Germain labdarúgócsapatában – adta hírül a Sky Sports.

Az argentin futballszár debütálását hatalmas érdeklődés előzi meg, javában edz, mert még nincs kirobbanó formában, ezért is halasztották augusztus végére első fellépését új csapatában. Legutóbb július 10-én, a Copa America döntőjében volt pályán, amikor csapata 1-0-ra győzte le a házigazda brazil válogatottat.

A 34 éves Messi, miután ingyen igazolhatóvá vált, egy hete írta alá két esztendőre szóló – egyéves hosszabbítási lehetőséget tartal-

mazó – szerződését a PSG-vel. Előző együttesénél, az FC Barcelonánál június végén lejárt a kontraktusa, és bár mindkét fél egyértelmű szándéka volt a közös folytatás, a katalán klub augusztus 5-én bejelentette, hogy „pénzügyi és strukturális akadályok” miatt végül nem tudtak új szerződést kötni.

Messi a Barca felnőttcsapatában 2004 óta 778 mérkőzésen 672 gólt szerzett, mindkettő klubrekord. Egyebek mellett a Bajnokok Ligáját négyszer, a bajnokságot tízszer nyerte meg, számtalan egyéni díja közül – a hat Aranylabdán kívül – kiemelkedik a hat európai Aranycipő és a nyolc spanyol gólkirályi cím.

Kubátov: Nem lehet véletlen a Ferencváros újabb csoportkörbe kerülése



A Ferencváros elnöke, Kubátov Gábor (b) és az FTC Labdarúgó Zrt. vezérigazgatója, Orosz Pál sajtótájékoztatót tart a Groupama Aréna sajtótermében 2021. augusztus 17-én. Fotó: MTI/Máthé Zoltán

Kubátov Gábor szerint nem lehet véletlen, hogy a Ferencváros labdarúgócsapatának egymás után háromszor is sikerült eljutnia legalább az Európa-liga csoportköréig. A klub elnöke a keddi sajtótájékoztatón elárulta, személy szerint kudarcélnél meg, ha a Bajnokok Ligája (BL) helyett idén csak EL-csoportkör jönne össze az együttesnek (az FTC tegnap este, lapzárta után fejezte be első mérkőzését a Young Boys ellen a BL-rájátszában – a szerk.).

Kubátov Gábor elmondta, Orosz Pállal, a Ferencváros Labdarúgó Zrt. vezérigazgatójával együtt azt

szeretnék, ha nemzetközi szinten stabilizálni tudnák a helyzetüket, hogy a zöld-fehér együttes a közép-európai elit meghatározójává váljon, és még tavasszal is versenyben legyen, amire magyar csapat esetében több mint egy évtizede nem volt példa. Cél az is, hogy olyan csapatokat, mint a Dinamo Zágráb, a Ludogorec vagy a Slavia Prága, a Ferencváros folyamatosan le tudjon győzni.

Arra a kérdésre, hogy előfordulhat-e, hogy a Fradi egyes hazai csoportmeccseit a tavalyihoz hasonlóan a Puskás Arénában játssza, az elnök azt felelte, hogy mivel a

bevéteklkülönbség hárommilliárd forint, valamint a Groupama Aréna hangulata is felejthetetlen, ezért a klubnak akkor éri meg a Puskásba menni, ha azt meg tudja tölteni a nézőkkel, félházas meccsnél már nem.

„A pénz nagyon csábító, és komolyan befolyásolja a döntéseket” – jelentette ki Kubátov.

Orosz Pál szerint idén azért is fontos volt egy bő keret kialakítása, mert a tavalyival ellentétben kétmeccses párharcok vannak a Bajnokok Ligája selejtezőjében, így több találkozót kell játszania a csapatnak, továbbá az Eb miatt sok játé-

kosnak rövidebb volt a nyári pihenője, így nagyobb a sérülésveszély. Úgy érzi, nagyon jó keretet sikerült összehozni, és minden posztra van két hasonló képességű labdarúgójuk. Zeljko Gavriccsal kapcsolatban azt mondta, hogy személyében a legnagyobb szerb tehetséget sikerült oda vinni, aki az UEFA-nál benne volt a 20 Golden Boy között (lásd keretes híreinket).

Orosz Pál megerősítette, hogy Peter Stöger vezetőedzővel két éves szerződést kötöttek. Az osztrák szakemberről Kubátov elmondta, hogy teljesen más karakter, mint Szerhij Rebrov volt. „Egy csendes, bölcs ember, egy olyan rendkívüli csapatember, amin mi is meglepődünk” – fogalmazott az elnök.

Kubátov Gábor kiemelte: rendkívül elégedett Hajnal Tamás sportmenedzser munkájával, aki nagyon jó scouthálózatot épített ki, ezért javasolni fogja, hogy léptessék elő sportigazgatóvá.

Az elnök dicsőítőleg szólt a szurkolókról, akik szerinte az elmúlt

években megtanultak viselkedni, és nem ülnek fel provokációknak. Jelezte, hogy az Albert Stadionhoz képest az 5500-as átlagnézőszámot a Groupama Arénában sikerült megdupláznunk, a nők és a gyerekek száma már 20 százalék a lelátókon, de az ideális a 30 százalék lenne. Az utánpótlás-nevelés kapcsán beszélt még arról is, hogy az NB I.-ben jelenleg 30 olyan labdarúgó van, aki Fradi-kötődésű vagy -nevelésű játékos. A jelenlegi keretből kiemelte a 18 éves Csonotos Dominikot, aki balhátvédet játszik, de a bal oldali belső védő az igazi posztja, továbbá Szánthó Regőt, valamint Damil Redzicet, akik ketten ugyanazon a poszton játszanak.

A költségvetésről Orosz Pál azt mondta, hogy 20 millió euró fölött van. Hangsúlyozta, ha sikerül bejutni a BL-csoportkörbe, akkor ez a legalacsonyabb összeg lesz a mezőnyben, és a második legkisebb büdzséű csapaté is minimum ennek a kétszerese.

Szerb válogatott középpályás érkezett

Zeljko Gavric személyében kétszeres szerb válogatott labdarúgóval erősített a Ferencváros. Az együttes a Crvena zvezda együttesétől szerezte meg a 20 éves játékos. A szélsőként is bevethető középső középpályás értéke a mértékadónak tartott Transfermarkt szakportál adatai szerint 4,5 millió euró, ezzel ő lett a magyar NB I. legértékesebb labdarúgója, csapattársát, a hárommillió euróra taksált albán Myrto Uzunit megelőzve.

Először lehet főtáblás a BL-ben a Sheriff

A Sheriff Tiraszpol hazai pályán 3-0-ra legyőzte a Dinamo Zágrábot a labdarúgó Bajnokok Ligája playoffjának keddi játéknapján, így nagyon jó az esélye arra, hogy története során először bejusson a BL csoportkörébe. A Sahtar Donyeck 1-0-ra nyert a Monaco ellen idegenben, ezzel ugyancsak nagy lépést tett a főtábla felé. Egy másik mérkőzésen a Salzburg a 90. percben szerzett góllal 2-1-re fordított a sokáig vezető Bröndby ellen.

Elkezdődött a 12. Kolozsvári Magyar Napok

A Kolozsvári Magyar Opera nagytermében nyitották meg a 12. Kolozsvári Magyar Napokat. Az eseményen jelen volt és beszédet mondott Gergely Balázs, a Kolozsvári Magyar Napok főszervezője, a Kincses Kolozsvár Egyesület elnöke, Potápi Árpád János, a Miniszterelnökség nemzetpolitikai felelős államtitkára, Toró T. Tibor, az Erdélyi Magyar Nemzeti Tanács alapító ügyvezető elnöke, Kelemen Hunor RMDSZ-elnök üzenetét pedig Horváth Anna, a Romániai Magyar Demokrata Szövetség önkormányzatokért felelős ügyvezető elnöke tolmácsolta.

Köszöntőbeszéde elején Gergely Balázs Molnár Ferenc *A Pál utcai fiúk* című klasszikusából idézett, annak apropóján, hogy a műből – Fábri Zoltán által 1969-ben – készített filmet augusztus 20-án Kolozsvár főterén, óriáskivetítőn láthatja a Magyar Napok közönsége. A KMN főszervezője rámutatott: „Végtelenséget és szabadságot jelent a grund – mondja Molnár –, s ebből már könnyen ráismerünk saját főterünkre. Évről évre belakni a kincses város tereit felér a grundért folytatott édes-játékos küzdelemmel – különösen a mostanihoz hasonló, bizonytalan és számtalan kihívással jelentkező időben. Hozzászoktunk már, hogy időről időre meg kell harcolnunk a grundunkért, de most először találkozunk – a koronavírus-járvány miatt – azzal a helyzettel, hogy mi magunk vagyunk a legnagyobb ellenfél, melyet le kell küzdenünk, s csak rajtunk múlik, hogy le tudjuk-e győzni saját gátjainkat. E mostaniakhoz hasonló pillanatokban, amikor alkalom nyílik arra, hogy összegezzük a mögöttünk hagyott éveket, örömmel mondhatom: a Kolozsvári Magyar Napok az elmúlt 12 év alatt meg tudta őrizni lelkét, s ez az, ami különlegessé, mássá és egyedivé teszi a nyári rendezvénysorozatokat kavalkádjában.” A Magyar Napok főszervezője rámutatott: a tavaly az életünk minden területére döntően kiható koronavírus-járvány azt is kérdéssé tette, hogy egyáltalán lehetőségünk nyílik-e megszervezni a Magyar Napokat. „Akkor úgy döntöttünk, hogy ami tőlünk telik, és amit az adott helyzet megenged, azt meg kell tennünk, mert a legnagyobb baj közepette is szükségünk van a találkozásra, a feltöltődésre és a Magyar Napokra, mely mindannyiunk életében kitüntetett helyen szerepel. S hogy ez így van, azt mi sem jelzi jobban, mint hogy soha annyi kolozsvári önkéntes fiatal nem csatlakozott hozzánk, mint az idei évben. Az ő dolguk talán a legnehezebb, hiszen ők azok, akik először találkoznak a – tőlünk független, hatósági – korlátozások miatt az elégedetlenebb hangokkal. Ők azok, akik éjt nappallá téve dolgoznak azért, hogy a Kárpát-medence egyik legnagyobb kulturális seregszemléje ismét sikeres legyen. Köszönet és taps illeti őket – partnerszervezeteinkkel, a rendezvény támogatóival és a népes szervezőcsapattal egyetemben” – mondta Gergely Balázs. „Velük együtt igyekszünk e rendezvénysorozattal a kolozsváriak és a hozzánk ellátogatók napjait szebbé tenni, s

amennyire lehet, elfeledtetni ezen időszak nehézségeit. Ha csak egy-mást követő programpontok tömegként tekintenénk rendezvényünkre, mindez nem sikerülne. A Magyar Napok programfűzetében helyet kap a könnyűzene és a szórakozás, de a lélek eledel, a kultúra, a közösségi együttlét élménye, a hitélet és az ima, a családoknak és a legkisebbeknek szóló programok – egyszóval: a múlt és jelen időnk, vagyis az életünk. A Kolozsvári Magyar Napokra is eképpen tekintünk: közös és közösségi életünk tükrékként” – jelentette ki a Magyar Napok főszervezője, majd beszéde végén felhívta a jelenlévők figyelmét az ideai jótékonyági gyűjtésre. „A Szent Mihály-templom neogótikus kerítését a száz éve elhunyt Pákey Lajos, Kolozsvár neves főépítésze tervezte. A Szent Mihály-templom lassan a régi fényében tündököl. Úgy gondoltuk, méltó lenne a Kolozsvári Magyar Napok szellemiségéhez, ha ideai jótékonyági gyűjtésünket a templomot körülölelő kerítés felújítására szentelnénk. Legyen ez a kerítés a Fő tér olyan dísz, mely nem szétválaszt, hanem összeköt, mely múltunk és kultúránk szimbóluma, de megújulásával közösségünk élni akarásáról és jövőjéről is tanúbizonyságot tesz” – mondta Gergely Balázs.

„Lantom, kardom, tied, oh szabadság – írta Burián Pál emlékkönyvébe 1849 februárjában Petőfi Sándor itt, Kolozsváron. Kétségtelen, hogy mi mindannyian szeretjük a szabadságot, s ez azt is jelenti, hogy soha senki nem korlátozhatja jogainkat, és senki nem mondhatja meg nekünk, hogyan alakítsuk életünket” – kezdte beszédét Potápi Árpád János. Az államtitkár hozzátette: a Magyar Napok szervezői fontosnak tartják, hogy a többségi nemzet számára is megmutassák kultúránkat, s azt, hogy a magyarság mindig is hozzátartozott a kincses város történelméhez. „Ha kimondjuk Kolozsvár nevét, mely az idők során egybeforrta a magyar kultúrával, egy megkerülhetetlen városról szólunk, mely – a Magyar Napoknak is köszönhetően – viszsza kapta régi arcát és szerepét. A

Kolozsvári Magyar Napok hallatán nem csak Kolozsvár, hanem az egész magyar nemzet szíve egyszerre dobban, s így természetes, hogy Magyarország kormánya is minden segítséget megad a rendezvény sikeres lebonyolításához” – mondta Potápi Árpád János. A politikus rámutatott: a rendezvény-sorozat példát mutatott más erdélyi városoknak is, ahol az elmúlt években már szintén megszervezik a helyi Magyar Napokat, s megköszönve a szervezők munkáját, reményét fejezte ki azzal kapcsolatban, hogy az emberiség előbb-utóbb a Kárpát-medence és a világ minden területén úrrá lesz a koronavírus-járványon.

„Egy közösség állapotáról az élet két igazságpillanatában bizonyosodhatunk meg leginkább: a bajban és az ünnepek során. Ezekben az igazságpillanatokban láthatjuk magunkat legtisztábban tükröződni, ilyenkor mutatja meg magát leginkább a kollektív tartás és jellem. Ha egy közösség a történelmi idők során összeforrt, tagjai a legnagyobb bajban is képesek összekapaszkodni, képesek segíteni egymást, mi több, képesek átsegíteni egymást a legnagyobb nehézségeken is. A mögöttünk álló közel másfél évet joggal nevezhetjük egy ilyen nehéz, embert és közösséget próbáló időszaknak. A járvány mindannyiunk életét gyökerestül felforgatta, falakat emelt közénk, becsempészte mindennapjainkba a félelmet, s egy bő fél évszázad óta ismeretlen, új helyzetben kell most újratanulnunk az életet. Noha a tavalyi évben, a világméretű járvány miatt nem találkozhattunk itt és ilyen formában a Kolozsvári Magyar Napok ünnepi nyitógaláján, bánkódnunk mégsem volt okunk. Akkor, amikor a legtöbb nagyszabású rendezvényt elhalasztották, amikor ezer és ezer szabálynak kellett megfelelnünk, a Magyar Napok szervezői mégis vállalták – miként idén is teszik azt –, hogy megszervezik a Kárpát-medence egyik legnagyobb kulturális seregszemléjét. Köszönet és elismerés jár ezért nekik” – kezdte köszöntőbeszédét Toró T. Tibor. Az EMNT alapító ügyvezető elnöke rámutatott:

mindez egyetlen dologról szól, mégpedig arról, hogy közösségünk életképes és élni akar. „A Magyar Napok reményt adott más közösségeknek a nehéz időkben ahhoz, hogy higgyenek benne: a legnagyobb zűrzavarban is létezik rend, a félelem közepette is létezik nyugalom, s a legnagyobb és legfájóbb veszteségeket elszenvedve is látható, hogy az élet él és élni akar. A járvány még nem csengett le, de a korlátok már lazábbak, így ezeknek megfelelően természetes, hogy újra itt vagyunk, és ismét magunk és a világ elé tárjuk kulturális kincseinket. Nem kétséges, hogy a Kolozsvári Magyar Napok mára mindannyiunk ünnepévé vált” – mondta Toró T. Tibor. A politikus beszéde végén hozzátette: a Magyar Napok tizenkét éve alatt bebizonyosodott, hogy ami az EMNT kreatív műhelyében tizenkét évvel ezelőtt megszületett, annak nem csak létjogosultsága van, hanem egy valós, Erdély-szintű tömegigényt elégít ki.

Horváth Anna beszédében köszönetét fejezte ki a Magyar Napok szervezőinek a rendezvénysorozat életre hívásáért és ismételt megszervezéséért, majd hangsúlyozta: a Magyar Napoknak köszönhetően sokaknak vált Kolozsvár nemcsak lakóhelyévé, hanem otthonává is. „Örömmel – és nem kevés anyai büszkeséggel – tölt el, hogy azok a gyerekek, akik az első Magyar Napok idején még csak 5-6 évesek voltak, ma már önkéntesként tevékenykednek. Bizonyára már gyermekeként is érezték, hogy valami rendkívüli és katartikus történelmi körülöttük, s ez mindmáig hatással van rájuk. Megnyugodhatunk: ők biztosan nem lesznek egy elveszett generáció” – mondta Horváth Anna.

Kelemen Hunor felolvasott köszöntője elején sajnálatát fejezte ki azzal kapcsolatban, hogy nem vehetett részt a Magyar Napok nyitógaláján, majd rámutatott: másfél esztendeje árnyékolja be az életünket a szünni nem akaró járvány, amiről sokszor éreztük úgy, hogy sosem lesz vége, ám most mégis fellélegezhetünk egy kicsit. „Kész csoda, hogy itt vagyunk, mondhat-

nánk, ha nem tudnánk, hogy a tudomány precíz eszközeivel vívott harc, vagyis az emberiség eredménye ez! Az ember gyakran pusztít, a történelem gyakorta hívja fel a figyelmünket arra, hogy ilyen vagy olyan vágytól vezérelve milyen nagy szörnyűségekre vagyunk képesek. A történelem azonban arról is tanúskodik, hogy az emberiségnek még ennél is gyakrabban sikerül felülkerekedni gyarlóságán, önzőségén, butaságán, hogy megoldja a saját vagy a szűkebb-tágabb közösségének a problémáit. Ilyen embert próbáló időköt élünk most, amelyben remélhetőleg a törődő ember fog nyerni. A koronavírus okozta járvány jelentős károkat okozott – emberi életek, családi sorsok, vállalkozások mentek tönkre –, ám gondoljunk bele abba, hogy tartana-e itt ma a mi közösségünk egy sokezeres nagyrendezvény elején, ha a koronavírus-járvány borzasztó első hónapjaiban elmaradt volna a segítségnyújtás intézményi szinten, vagy a hétköznapi ember szintjén” – üzent az RMDSZ elnöke. „Ahhoz, hogy együtt és magyar napokat ünnepelhessünk, kellett a közösségi szolidaritás, de kellett az is, hogy Gergely Balázs és csapata határtalan erőfeszítéseket vállalt azért, hogy ezen a nehezített pályán is mindannyian megtapasztalhasuk, hogy nem lettünk cserben hagyva. Ezért én most a legnagyobb tiszteletemet szeretném kifejezni Balázsnak, munkatársainak és az önkénteseknek. Külön köszönöm a rugalmas hozzáállást és elkötelezettséget, amely nélkül egy ekkora rendezvénysorozat összehozni lehetetlen! Mikor, ha nem ilyen időben érezzük azt, hogy az élet a mi oldalunkon áll?! És mikor, ha nem most, egy ilyen pusztító járvány idején kell a leginkább éreznünk, hogy csak az egymás iránti felelősségvállalás révén térhet vissza az életünk a rendes medrére” – hangsúlyozta a politikus.

A 12. Kolozsvári Magyar Napok nyitógalája a Monarchia Operett *Sissi, a magyar királyné* című előadásával zárult.

A Kincses Kolozsvár Egyesület sajtóirodája





HÍRADÓ
LIVE 16:00
LIVE 19:00

**TÁJÉKOZDJON HITELES FORRÁSBÓL!
AZ ERDÉLYI MAGYAR TELEVÍZIÓ HÍRMŰSORÁBÓL!**



VÁSÁRHELYI FORGATAG

DUNA MŰVÉSZEGYÜTTES
augusztus 27. 19 óra

A Szerelmünk, Kalotaszeg című előadást két alkalommal is láthatja a közönség a Marosvásárhelyi Nemzeti Színház színpadán. **Augusztus 27-én, pénteken 15, majd 19 órától várják a néptánc szerelmeseit az előadásokra.**

Jegyvásárlás interneten a biletmaster.ro oldalon, illetve személyesen a Marosvásárhelyi Nemzeti Színház jegypénztáránál.

A színházban működő jegypénztár nyitvatartási programja (augusztus 16-tól):

Hétfő-péntek: 9.00-19.00

Érdeklődni a 0365-806-865-ös telefonszámon lehet.

ADÁSVÉTEL

ELADÓK 100 kg-os disznók, 10 lej/kg.
Tel. 0742-491-626. (12825)

MINDENFÉLE

CÉG vállal garanciával háztetőkészítést cserépből vagy Lindab lemezből, bármilyen tetőjavítást stb. Tel. 0756-825-935, Csaba. (12791-1)

FESTÉST, vakolást, csempézést, gipszkartonszerelést, parkettázást vállalok. Tel. 0771-393-848, 0749-564-921. (12787)

VÁLLALUNK tetőkészítést fémcserepből és cserépből, bármilyen ácsmunkát, csatornák, lefolyók javítását, készítését, bármilyen tetőjavítást és tetőfestést, tetőszigetelést, faházak és manzárd készítését fából, vakolást. Saját anyaggal vagy a kliens anyagával is dolgozunk. Tel. 0757-728-705. (12757)

TETŐFEDŐ KFT. vállal bármilyen ác-, bádógosmunkát, festést, meszelést, tetőkészítést cserépből, lemezből, szigetelést tömbházaknál. Tel. 0742-734-062, Krisztián. (12799-1)

LÉPCSŐHÁZFESTÉST stb. vállalok. Tel. 0771-605-189. (12744-1)

VÁLLALOK ácsmunkát, bádógosmunkát, tetőfedést Lindab lemezzel, cseréppel, csatormaszerelést, lefolyó, hófogókészítést, sürgős javítást, szigetelést, kerítésfestést, építést, tetőfestést stb. Tel. 0759-570-885. (12828)

HÁZTETŐT készítünk, cserélünk, javítunk, cserépfogatást, cseréptisztítást, építkezési munkát végzünk 15% kedvezménnyel. Tel. 0770-621-920. (12835-1)

FÜNYÍRÁST, kerttakarítást, favágást vállalok. Tel. 0747-634-747. (12835-1)

MEGEMLEKEZÉS

Soha el nem múló fájdalommal emlékezünk augusztus 19-én id. **OLÁH LÁSZLÓRA** halálának 20. évfordulóján. Emlékét örökre megőrizzük. Felesége, fia, menyé és két unokája. Nyugodjon békében! (12793-1)

Köszönjük, hogy élte és szeretettel minket, nem haltál meg, csak almodni mentél. Szívünkben él emléked örökre, ha látni akarunk, felnézünk az égre. Csillagok közt utazol tovább, ott várj ránk, ha az időnk lejár...
Fájó szívvel emlékezünk NÁM FERENC ISTVÁNRA augusztus 19-én, halálának 15. évfordulóján. Sok szeretettel gondolunk rád, nagyon hiányzol. Bánatos édesanyja és testvére, Huni. (-)

ELHALÁLOZÁS

Mély fájdalommal tudatjuk, hogy a szerető feleség, drága édesanya, nagymama, dédnagymama, anyós, testvér, rokon és jó barát, **BODOR MÁRIA** szül. Brandner életének 84., házasságának 61. évében, augusztus 16-án, türelemmel viselt betegség után csendesesen megpihent. Temetése 2021. augusztus 19-én 13 órakor lesz a marosvásárhelyi református temetőben, katolikus szertartás szerint. Emléke legyen áldott, nyugalma csendes! Gyászoló szerettei. (12820)

Az **ASOCIAȚIEI EDUCAȚIE PENTRU EUROPA** kezdeményezése, partnerségben a **MAROSVÁSÁRHELYI POLGÁRMESTERI HIVATALLAL**

GALA PRESEI MUREȘENE 2021

23 AUG "Helyi sajtó – 1990 – 2021. Fejlődés és kihívások" Konferencia Marosvásárhely, Grand Hotel, konferencia terem, 12 óra

24 AUG "Helyi sajtó – nyomtatott és on-line + videó újságírás" Workshop Marosvásárhely, Grand Hotel, konferencia terem, 12 óra

26 AUG Maros megyei sajtó gálája RAB Komplexum, Maroszentgyörgy, 16:30 óra

Partnerek:

CIS GAZ, LILIAC, ASTOR VEVALPET, KÖZVETŐ HÍRÜZEMELÉS, AZOMUREȘ, LECO, nakita, Sărbătorile, KOTRANA, clin-lab, PUBLISERV, Darina, masgnolia, arciart

Média partnerek:

TB, ASOCIATIA CIVILĂ DE JURNALIȘTI, AȘIUL JURNALIȘTILOR, PECTUL, Sărbătorile.ro, MĂ, City TV, MD, TVR

Szolgáltatás – Üzleti ajánlat

ALKALMAZUNK három FÉRFI MUNKAERŐT TEJFELDOLGOZÓ ÜZEMBE – Indlacto Mureș Kft. – napi 8 órai munkaprogrammal. Érdeklődni lehet a Prut utca 10. szám alatt, a cég székhelyén vagy a 0773-316-377-es telefonszámon, 8-16 óra között. (65857-1)

FONTOS TELEFONSZÁMOK

• Romtelecom-tudakozó	• Emma vendéglő,	- 0740-083-077
- információ - 118-932	hidegtalak készítése	- 0365/404-664
- általános - 118-800	• Prefektúra	- 0265/266-801
• Központosított ügyelet	• RDS-RCS	- 0365/400-401
(Rendőrség, Tűzoltóság, SMURD,	- 0365/400-404	
Csendőrség, Mentőállomás): 112	• Áramszolgáltató vállalat	- 0800-801-929
• Rendőrség - 0265/202-305	- vidék	- 0265/929
• SMURD (betegekkel	• Delgaz Grid	- 0265/200-928
kapcsolatos információk) - 0265/210-110	- 0800/800 928	
• Sürgősségi szolgálat:	• Aquaserv:	
- gyermekeknek - 0265/210-177	- hideg víz-csatoma	- 0265/215-702
Marosvásárhelyi	- közönségszolgálat	- 0265/208-888
Polgármesteri Hivatal - 0265/268-330	- központ	- 0265/208-800
GYULAFEHÉRVÁRI CARITAS,	- 08008 208-888	
otthongondozó szolgálat,	• Fogyasztóvédelmi hivatal	- 0265/254-625
8-16 óra között: 0736-883-110	• Vasútállomás	- 0265/236-284
• Optika-Optofarm	• VIII Kft.: temetkezés, segélyintézés	
- 0265/212-304	(0-24 óra), professzionális balzsamozás	
- 0265/312 436	Nemzetközi halottszállítás	- 0265/215-119
- 0265/250-120	- 0744-282-710	
- 0265/263 351	• Alkony Kft. temetkezés (24 ó.)	- 0265/263-865
• Optolens szemsebészet - 0265/263-351	koporsók, kellekek,	- 0745-606-215
• Marmed - 0265/250-344	koszorúk	- 0745-606-269
járóbeteg-rendelő: - 0756-468-658	és halottszállítás	- 0758-047-604
- 0729-024-380	• Maros megyei RMDSZ	- 0265/264-442
Labor - 0751-114-307	- 0265/262-907	
e-mail: marmed@armed.ro,		
www.armed.ro		
• Dora Optics - 0733-553-976	Méltányos reklámdíj fejében	
• Dora Medicals - 0265/212-971	álló szereplője lehet	
• Radiológia, echográfia	a FONTOS TELEFONSZÁMOK rovatnak.	
Dr. Jeremiás István - 0265/222-446	Várjuk jelentkezését	
	a 0265/268 854-es telefonon.	

Szomorú szívvel tudatjuk, hogy a szerető édesanya, keresztanya, testvér, nagynéni, unokatestvér, sógornő, ismerős, **özv. CSÁTHI ALBERTNÉ** szül. JÁNOSY GYÖNGYVIRÁG (Gyöngyi) 2021. március 31-én váratlanul elhunyt Sopronban. Hamvait csütörtökön, augusztus 19-én 12 órakor helyezük örök nyugalomra a marosvásárhelyi református temetőben. Emlékét szívünkben megőrizzük. A gyászoló család. (12802-1)

Fájó szívvel búcsúzunk a szeretett férjéről, édesapától, nagytától, sógortól, testvértől, rokontól,
KAFFAI JÓZSEFTŐL aki 76 éves korában, augusztus 18-án visszaadta lelkét Teremtőjének. Temetése augusztus 20-án, pénteken 13 órakor lesz a meggyesfalvi református temetőben.
A gyászoló család. (12837)



20%
Kedvezmény
Napszemüvegekre



Az ajánlat a készlet erejéig érvényes!

NYÁRÁDSZEREDA Str. Pompierilor, nr. 1. 0733 553 973	MAROSVÁSÁRHELY (KÖZPONT) P-ța Mărășești, nr. 21. 0733 553 976	Dicsőszentmárton Str. Victoriei, nr. 21. 0736 386 353
SZÁSZRÉGEN (CARDINAL) Str. Cardinal Alexandru Todea, nr. 25/A 0728 908 856	MAROSLUDAS Str. B-dul 1 Dec. 1918. nr. 7. 0735 786 853	MEDGYES Str. Pompierilor nr. 4 0735 830 678
MAROSVÁSÁRHELY (TUDOR) B-dul 1 Dec. 1918, nr. 126. 0755 088 379	SZÁSZRÉGEN (LIBERTĂȚII) B-dul Libertății 12/2 0733 553 971	



PRO XXI
SPORT ES KULTURÁLIS ALAPÍTVÁNY

SZENT ISTVÁN NAPI ÜNNEPSÉG

ÚJ KENYÉR ÜNNEPE

MAROSVÁSÁRHELY,
NYÁRI SZÍNHÁZ 2021.AUGUSZTUS 20., 19-ÓRA

FOTÓTÁMOGATÓ:  TÁMOGATÓK:  MÉDIATÁMOGATÓK: 

Mindenki jól szórta a szemet!

VIII.



VÁSÁRHELYI FORGATAG

2021. augusztus 27-29.

ÖSSZEKÖT MINKET!

www.forgatag.ro



A marosvásárhelyi RMDSZ körzetek tisztújítására augusztus 24-én (kedden) 18 órától kerül sor a következők szerint:

- **Kárpátok Sétánya (Aleea Carpati) körzet** Mobex (Ózike utca 2. sz.)
- **Szabadság utca körzet** Flora Panzió (Nicolae Balcescu 12. sz.)
- **Kövesdomb körzete** Maros Művészegyüttes terme (1848 Sugárút 47. sz.)
- **Belváros és környéke körzet** Rmdsz Maros megyei szervezet (Dózsa György utca 9. sz.)
- **Régi Tudor (Budai utca) körzete** Dacia-Darina (1848 Sugárút 57. sz.)
- **Új Tudor és környéke körzete** Diamant vendéglő (Merészség utca 11. sz.)
- **Egyesülés negyedbeli (Unirii) körzet** Tempo Hotel (Tiszafa utca 46. sz.)
- **Párkány sétány (Cornisa) körzete** Mihai Eminescu ház (Nicolae Grigorescu 19. sz.)
- **Meggyesfalvi körzet** Imperial (Dózsa György utca 231. sz.)

A gyűlések napirendje:

1. Körzeti elnök megválasztása	4. A körzeti választmány
2. Városi választmányi tagok megválasztása	megválasztása
3. Városi közgyűlési tagok megválasztása	5. Egyebek



NON STOP
állunk rendelkezésedre!

RexoGold
a te zálogházad

Str. Frantz Liszt nr. 11
Telefon: 0265 - 25.11.11
Mobil: 0748 - 25.11.11
www.rexogold.ro



*A zálogolt látható termékek csak szimuláltó jellegűek.