

A rendőrség drasztikus fellépést ígér

## Bűnbandáktól rettegő fiatalok



Illusztráció

Fotó: Nagy Tibor

A százéves történelem ismétlődik, vagy csak véletlenszerűen verbuválódott Marosvásárhelyen az a bűnbanda, amelynek tagjai az utóbbi években rettegésben tartják a fiatalokat és az aggó szülőket, hozzátartozókat? A rémtettekéről a jelek szerint csak az érintettek és közvetlen környezetük tudott mindaddig, amíg a kegyetlenkedő szórakozás majdhogynem gyilkosságba torkolt.

Szer Pálosy Piroska

Három éve történnek atrocitások nagyáruházakban, helyi autóbusszjáratokon, köztereken, de csak az utóbbi időben került a rendőrség látóterébe, vagy most mérték fel a szervezett vagy véletlenszerű támadások sorozatának veszélyét.

A Maros Megyei Rendőrség szerint tavaly június óta van tudomásuk a bántalmazásokról, a bántalmazottak szerint azonban már három éve tartják rettegésben a fiatalokat és szüleiket a Marosvásárhelyen és a környező településeken élő agresszív fiatalok. A 12–18 éves korosztályból

(Folytatás a 9. oldalon)

## Temetőrongálás Hármasfaluban

Három nap alatt három alkalommal történt rongálás a Hármasfalu részét képező Csókfalván, pontosabban annak temetőjében. Az elkövetőt minden tetten érték és letartóztatták.

2.

## Marosvásárhelyi katolikus iskola: jogerősen érvény- telenített önkor- mányzati döntés

A prefektúra közleménye szerint az igazságszolgáltatás azt kifogásolta, hogy az önkormányzati határozat nem rendelkezett a szakbizottságok jóváhagyásával.

3.

## Sokat fizetünk a köztisztaságért

Tóth Andreától, az Ecolect Köztisztasági Közösségi Társulás igazgatójától arra kértünk magyarázatot, hogy miértenyi az egy személyre számított havi köztisztasági díj, illetve hogyan befolyásolja a szemétdíjat a szelektív hulladékgyűjtés.

4.

## Vádak helyett vágyak

Az előadó egy hetek óta összeszerelésre váró előszobaszekrény példájával vázolta fel egy férj-feleség közötti konfliktushelyzet valódi mélységét.

5.



**OPTICA OPTOFARM**

A látás szakértője

### Szolgáltatásaink:

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

### Marosvásárhely:

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

### Szászrégen:

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

### Szováta:

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

**Aktuális**

## Irreális pillanatok

Antalfi Imola

Egyet kell értenem Marcel Ciolacu miniszterelnökkel, aki kijelentette, azért „szégyell” ismételtlen a regionális kórházokról beszélni, mert az elmúlt 15 évben minden politikus és minden kormány választási kampányában megígérte azt a három regionális kórházat, amelyekből végül, úgy tűnik, kettő épül meg: egyik Kolozsváron, a másik Jászvásáron. A craiovai kórház licitje esetében hamarosan eredményt hirdetnek.

Az építési szerződéseket a két fent említett kórházra szerdán írták alá a Victoria-palotában az önkormányzatok és az építővállalatok képviselőinek jelenlétében, ami a kormányfő szerint szinte „irreális” pillanat volt. Ha Marcel Ciolacu jobban visszamenne az időben, nem három, hanem nyolc regionális kórházról beszélne. Azokról, amelyeket a 2005–2008 közötti mandátumában a liberális, Marosvásárhelyről Bukarestbe „küldött” egészségügyi miniszter, Eugen Nicolăescu ígért. Hangzatos szavak voltak, jó kampánytéma, fajsúlyos ígéret: a közigazgatásvezettségű volt egészségügyi miniszter nem kevesebb, mint 20 megyei és 8 regionális kórházat ígért, ezek közül egyik Marosvásárhelyen épült volna meg. Aztán kisütötték, hogy 19 megyei sürgősségi és 6 regionális kórház épül kulcsrakészen, az ezekre megrendelt megvalósíthatósági tanulmányokra több mint 4 millió eurót költött a kormány, 2008-as árfolyamon számolva, ami egytizede az összes, ebben a témakörben megrendelt szaktanulmányra, útmutatóra kiadott összegnek. Kormányváltáskor minden szerződést felbontottak.

(Folytatás a 3. oldalon)





## A szelektív gyűjtéssel csökken a szemétdíj Sokat fizetünk a köztisztaságért

Marosvárasáhelyi olvasóink soknak tartják az idei évre kiszabott szemétdíjat, amely legtöbb esetben nagyobb összeget tesz ki, mint a helyi ingatlanadó. Ez az év eleji adóbefizetés-kor döbbsentette meg az embereket. Az idei köztisztasági díjat a tavaly december 21-i 445-ös helyi tanácsi határozat rögzíti, összege lakosonként havi 16,83 lej, azaz évi 202 lej. Ez azt jelenti, hogy például egy négytagú családnak 808 lej kell kifizetnie szemétdíj gyanánt. Az intézményekben, létesítményekben, cégeknél keletkező hulladék elszállításának díja még magasabb, egy köbméter vegyes hulladék – beleértve a biohulladékot is – elszállítása 440,79 lejbe kerül, míg a szelektív gyűjtött hulladéké 373,85 lej. Tóth Andreától, az Ecolect Köztisztasági Közösségi Társulás igazgatójától arra kértünk magyarázatot, hogy miért ennyi az egy személyre számított havi köztisztasági díj, illetve hogyan befolyásolja a szemétdíjat a szelektív hulladékgyűjtés.

Mezey Sarolta

A köztisztaság ugyanolyan közszolgáltatás, mint a víz-, a kanalizációs-, az elektromosáram- vagy a gázszolgáltatás. Ára van. Nem helyes a köztisztasági díjat a helyi adóhoz hasonlítani, ezt a többi közszolgálati díjhoz kell mérni. A szemétdíj városban 16,83 lej, vidéken 11 lej körül van. Az illeték mértékét a hulladékmennyiség és a különböző szolgáltatások – gyűjtés, szállítás, átrakás, válogatás – tarifája függvényében számoljuk ki. Így jön ki annak a díjnak az értéke, amelyet havonta személyenként fizetnünk kell köztisztasági díjként. Annak ellenére, hogy az árak minden téren emelkedtek, városban a lakosság által fizetett köztisztasági díj egy kicsit csökkent, pontosan azért, mert eredményesebb a szelektív hulladékgyűjtés. Ez tükröződik az árban. Marosvárasáhelyen tavaly egy lakos szemétdíja 17,28 lej volt – tájékoztatott Tóth Andrea.

Az igazgató arra is kitért, hogy a

szemétdíj kiszámítása statisztikai adatok alapján történik, ezek azt mutatják, hogy a vidéki lakosság körülbelül feleannyi szemetet termel, mint a városi. Eszerint egy vidéki lakos naponta átlagban 300 g hulladékot termel, míg egy városi 650 grammot.

Az adatokat tavalytól valójában látjuk, mert – végre! – teljes mértékben integrált rendszerként működik a megyei hulladékgazdálkodás. Minden egyes zónában a mi rendszerünkben történik a hulladék kezelése és lerakása. Ennek következtében pontosan tudjuk, honnan mi jött be. Feldolgozva az adatokat, látjuk, hogy a statisztikai adatok nem találják a jelen valóságával, mert a vidéki lakosoknak az életformája mára már sok mindenben hasonlít a városiéhoz. Ugyanúgy vásárolják a palackos üdítőt, ásványvizet, az egyszer használatos edényeket és így tovább. Ennek következtében a vidéki lakosoknál is több a hulladék,

mint amit a régi statisztikai adatok alapján saccoltak. Ezért a vidéki lakosoknál nagyobb százalékban nő majd a szemétdíj, a termelt hulladékmennyiséggel arányosan.

– Hogyan indult be a szelektív hulladékgyűjtés?

– Az előző évekhez képest a szelektív hulladék gyűjtése látványosan nőtt. Főleg a lakóházak övezetéből begyűjtött szelektív hulladék esetében érzékelhető, hogy a lakosság nagyon tisztán gyűjti azt, odafigyel rá. A gyűjtőpontoknál viszont felmerülnek problémák, mert az emberek nem megfelelőképpen gyűjtik a szemetet. Mert ha valaki a vegyes szemetet bedobta a szelektív begyűjtött hulladék közé, elrontotta több tíz család odafigyelését és igyekezett, mivel ha a szelektív hulladék szennyezett, már nem vihető a válogatóállomáshoz. Ezért fontos, hogy mindenki a megfelelő gyűjtőkonténerbe, edénybe dobja a hulladékot. Marosvárasáhelyen minden egyes „frakció” számára van megfelelő hulladéktároló. A házaknál pedig a megfelelő program szerint viszik el a szelektív gyűjtött hulladékot. A köztisztasági cég csak azt a hulladékot szállítja el, ami a programban szerepel. Például ha aznap a programban a műanyag szerepel, akkor nem viszi el a papírt. Ha mindenki betartja a rendszer szabályait, az eredmények is láthatóbbak lesznek. Marosvárasáhelyről az előző években semmilyen szelektív hulladék nem érkezett a megyei rendszerbe. Miután a szerződéseket az Ecolect egyesület kötötte meg, elmondhatjuk, hogy látható eredmények vannak.

Ezek messze elmaradnak az országos jogszabályokban elfogadott céloktól, de nagy lépésekkel haladunk a jó irányba. Tavaly, 2023-ban, annak ellenére, hogy rengeteg problémánk volt a köztisztasági szolgáltatással, körülbelül 600 tonna szelektív hulladék ment át a válogatószalagon. Ha szelektív gyűjtjük a hulladékot, csökkenhet a szemétdíj, mint ahogy az idén történt. Ha nem sikerül szelektív gyűjteni, akkor látványosan nőni fog a szemétdíj. Mert nőnek a hulladék kezelési költségei – fogalmazott Tóth Andrea, az Ecolect társulás igazgatója.



Fotó: Nagy Tibor

## Elfelejtett ígérek Jogi úton keresik igazukat a családorvosok

A Maros megyei családorvosok dr. Băilă Iulia által vezetett patronátusa és a családorvosok Boitor Luminița Ecaterina vezette egyesülete ügyvédi képviselést kért fel, hogy felszólítást intézzen a Maros Megyei Egészségbiztosítási Pénztárhoz.

Bodolai Gyöngyi

A február 26-i felszólításban azt kérték, hogy a pénztár 10 napon belül utalja át a januárban elvégzett szolgáltatásokért járó összeget, amelynek csak 56,58 százalékát fizette ki az egészségbiztosító, a fennmaradt 43,42 százalékra hiába vártak. Ez kellemetlen helyzetbe hozta a családorvosokat, akik nem tudják befizetni a pénzügyi szervezetnek járó adókat és illetékeket. Holott a pénztárral az idei évre megkötött szerződésben leszögezték, hogy a biztosító a következő

hónap 18-áig átutalja a családorvosoknak járó pénzt. A határidő február 18-án lejárt, de a teljes összeg a mai napig sem érkezett meg.

Bár a múlt év második szemeszterében az egészségbiztosítási pénztár arra hivatkozott, hogy problémák vannak az alapellátás finanszírozásával, a 2024-es évre szóló költségvetés elfogadását követően az akadályok megszűnnek. Az ígérek ellenére a helyzet nem változott.

Ha nem utalja át tartozását az egészségbiztosító, akkor a törvényes előírások szerint késedelmi kamat fizetésére lehet kötelezni, amit jogi úton fognak követelni a családorvosok egyesületei, amelyeket az igazságügyi szervek előtt Adrian Vultur ügyvéd képvisel.

Amint a megkérdezett családorvosok elmondták, az egészségbiztosítási pénztár „válasza” egyelőre az, hogy olyan hibáért is büntetik a családorvosokat, amelyekért nem őket terheli a felelősség.



Január közepén Marosvárasáhelyen is tüntettek a családorvosok

Fotó: Nagy Tibor (archív)

## Sorozatok

Mostanában, ha van még ember, aki rákap a tévézésre, és komolyan gondolja (!!!), felejteni akar vagy csak átka- csolni – nem kikapcsolódni – a napi nyűgből, szorongásból, vagy csupán a közönséges unalmat száműzné, azt előbb-utóbb beszipantják a sorozatok.

Az illető még óvatos, bár már rábeszélétek, és kivesz egy filmsztorna-bérletet, majd egy másikat is, és azt gondolja: én független vagyok. Velem aztán nem történhet meg, hogy egy sorozat, egy szappanopera, egy dél-brazil-török vagy bollywoodi nyúlós-nyivakolás, hamis sztori lebilincsel, oda-ültet napestig a ládához. Mondom, még a kezdet kezdetén, a nagy képernyős korszak hajnalán óvatos marad: kilencven, százhusz perces mozifilmel választ. Nem a kereskedelmi csatornákat nézi, bármilyen inycsiklandó filmet is kínál a csatorna, mert tudja, a kereskedelmi reklámblokk (gyógyszeripari túlkínálat) minimum tíz perc, és ez alatt elszáll minden varázs, empátia, belélegzés és együttérzés. Kimegy, vizet iszik, nassol a kamrában, a fürdőszobában bänkodik fiatalágának elszálltán, arcát húzogatja a tükörben, elhatározza, hogy szakállat növeszt vagy holnaptól nem visel pólot (népiesen majót), lefog, meghízik, nem eszik többé margarint stb. stb.

Aztán kimeríti egy-két hónap alatt az egész műsort, a filmeket, sok köztük az uncsi, nem izgi a krimi, ángol, tkp. lengyel, cseh, indonéz-szudáni koprodukció, és véletlenül rákattan egy sorozatra, ami két-három estét lebilincsel, érdekelté teszi. Még mindig tart a veleszületett elővigyázat:

egy este a tízdarabos sorozatból csak háromszor negyven percet engedélyez magának. És persze előrelátó, hogy az utóhatást, a kiálmódást elhárítsa, bevesz egy altatót.

A sorozat zárása után megtárgyalja környezetével, rámutat a rendező hibáira, jelzi tévedhetetlenül a forgatókönyvíró elhajlását az olcsóbb megoldások és jól bevált

## Csütörtöki kimenő

– Sebestyén Mihály rovata –

közhelyek irányába, napokig nem tud tőle szabadulni, még munka közben is felbőfögi... és egy este úgy dönt, megkísérli törölni az elsőt, mi mással, mint kutyaharapást újabb sorozat szőrirel. Keresgél, válogat, vizsgál, felfolban, nem tetszik a lid, azaz a beharangozó szöveg, a csáberő nem elég hatásos. Végül egynek tetszik a címe, a címlapja, és belevész.

Mondjam, ne mondjam. Ha nem is csalódás, de mégsem az, amire vágyott. Valami vérbő krimire vagy pompás vigjátékra, amelyben végig kitart a szellem és kellem, egy történetre, amely egészen új oldaláról világítja meg XVII. Lajost vagy George Washington édesapját. Nem, nem is tudja, csak valahogy hurcoljon el szebb világba... Nincs mentés. Keresgél, csattintgat, megkezdi és abba-

hagyja. Szaporodnak a félbemaradt, csonka sorozatok. Kitalálja, mi a vége, lemondja, elfelejti, összezavarja, egybefolyanak hősök, helyszínek, színészek és trükkfelvételek, mondatok, amelyek itt is, ott is elhangzanak. Szétszalazhatatlan élménykupac. Vagy kihuny viharlámpás egy bányatórnyák rabjai. Cimeket sorolnak, lelkesednek és nagy alakításokról regélnek. Nincs már saját élménye. Minden a filmekből jő. A csömör is.

És akkor egy este a felesége karon ragadja, gyöngéden kitépi kezéből a távirányítót, és elviszi a színházba. Ahová már hónapok, évek óta nem tette be a lábát. Élő, mozgó, kiszámíthatatlan alakokkal találkozik. És a színpadon minden abban a pillanatban, valós időben történik. Megismételhetetlenül a pillanatba zárva. Holott tudja, hogy a rendező ezerszer igazított a jeleneten, utasítást adott a színészeknek. Mégis estéről estére másként azonos. Valami más, valami autentikus. Hitelesen azonnali. Neki játszanak. Hozzá beszélnek, érte izzadnak, félnek, meghalnak, kinlódnak, veszekednek, vitatkoznak, szerelmeskednek. Nem lehet, nem szabad felkelni. Nem mehetsz ki egy korty italtért, nem gyűjthatsz rá, nem polcolhatod fel a fájós lábad két párnával, nincs tükörbe nézés.

Valahogy másként kel fel székéből. Nem fekszik le azonnal. Még kilépnek a színházból, ki a díszletekből. Mellbe vágja a friss levegő, és olyan idegen minden. Ott marad eszmélete, szíve-lelke, folyton visszaugranak az előbb látott képek, a széksorok fölött suhanva folyton visszatér a színpadhoz. Lehet, hogy odabenn sűrűbb a valóság? Az igazi élet? Szük térben az egész világ...?

# HARMÓNIA

Egészség – életmód – otthon

Szerkesztette: Menyhárt Borbála

Hogyan szabaduljunk meg a vitáktól?

## Vádak helyett vágyak

**Leviszed a szemetet? – egyszerű, banálisnak tűnő kérdés, ami az együtt élő párok mindennapjaiban számtalanszor elhangzik, viszont a látszólag semmitmondó kérdés mögött gyakran sokkal mélyebb tartalom lapul. Hogy pontosan mi is áll a vitáink és kérdéseink háttérében, arról** Hogyan szabaduljunk meg a vitáktól? **címmel dr. Mihalec Gábor közismert magyarországi pár- és családterapeuta tartott előadást nemrég Marosvásárhelyen, erdélyi körútja részeként, a Believe Events szervezésében. Az előadás résztvevői választ kaphattak arra, hogyan juthatnak el egy felszínesnek tűnő kérdés feltételétől addig, hogy megértsék az egymás lelke mélyén lapuló vágyakat.**

Menyhárt Borbála



Dr. Mihalec Gábor

A konfliktusaink a párkapcsolatban, házasságban pontosan olyanok, mint egy zavaró kavics a cipőnkben, minden egyes lépésnél emlékeztetnek arra, hogy bizony nincs minden rendben, valami nincs a helyén. Bár kétségtelen, hogy a konfliktusokat senki sem szereti, azzal tisztában kell lennünk, hogy nem létezik veszekedésmentes élet, hiszen ha két ember együtt él, ott vannak konfliktusok, csak az nem mindegy, hogyan kezeljük ezeket – mutatott rá dr. Mihalec Gábor, aki

egy nagyszabású kutatásról is említést tett, amely során több mint negyven évig vizsgáltak több mint négyezer házaspárt, és a végén a kutatók képet kaptak arról, hogy mire vágnak a férfiak, illetve a nők a házasságban. A kutatás végeredménye szerint a legtöbb nő biztonságra vágyik, ez a legfontosabb szükséglete egy párkapcsolatban. A férfiak esetében nem volt egy bizonyos dolog, ami ennyire kimagaslóan vezetne volna a fontossági listát, mint kiderült, az erősebbik

nem képviselői elsősorban két dolgra vágnak: kevesebb veszekedésre és több szexuális együttlétre.

A párterapeuta szerint a mindennapi konfliktusaink, amelyekkel a házasságban szembesülünk, általában három csoportba sorolhatók. Az első a csip-csup konfliktusoké, ide tartoznak a jelentéktelen dolgok, amelyek valójában nem is érnek annyit, hogy beszéljünk róluk, például amikor a pár azon vitatkozik, hogy hogyan kell helyesen megtisztítani a sárgarépát.

A másik csoportot a megoldhatatlan konfliktusok képezik, például, ha egyik fél minden reggel negyed hétkor kel, akkor van teli energiával, a másik pedig későn ébredő típus, azaz teljesen eltérő a bióritmusuk. Ezen egy életen át lehet bosszankodni, vagy egyszerűen elfogadjuk, hogy ez egy megoldhatatlan konfliktus, és átfordítjuk a saját javunkra, azaz például a korán kelő házastársnak minden reggel van másfél-két óra éniideje – világított rá dr. Mihalec Gábor.

A harmadik csoportba azok az ismétlődő mintázaton alapuló konfliktusok tartoznak, amelyeket újra és újra eljátszunk, újra és újra végigmegyünk rajtuk, mégsem tanulunk belőlük. A kutatócsoport, amely negyven évig vizsgálta a párokat, többek között beköltöztette őket két-három napra egy apartmanba, és ezalatt az összes apró interakciójukat figyelte, majd három év múlva újra megnézte ugyanezt. Nagyon érdekes következtetésre jutottak: a párok 68 százaléka három év múlva is ugyanazokról a dolgokról vitatkozott, ugyanazon a módon.

– Sok ezer óra párterápia tapasztalata alapján mondom, hogy ezek a konfliktusok okozzák a legtöbb fájdalmat a kapcsolatokban – állítja dr. Mihalec Gábor, aki szerint ezeknek a konfliktusoknak, veszekedéseknek van egy pontos koreográfiája, de mégsem vesszük észre, hogy újra és újra beleszaladunk a játékba, ahelyett, hogy elejét vennénk a helyzet elfajulásának.

## Leviszed a szemetet? Azaz fontos vagyok-e még neked?

A párterapeuta hangsúlyozta, a Leviszed a szemetet? típusú kérdések mögött gyakran sokkal mélyebb tartalom húzódik meg. Amikor a feleség azt kérdezi: Drágám, kiszadnál a szeméttel? a férfi fejében ez a fekete zsákról szól, ami tele van hulladékkal. Pedig valójában ez a kérdés mindenről szól, csak erről nem. Olyan dolgok vannak a háttérben, mint: Fontos vagyok-e neked? Szeretsz-e engem? Törődös-e azzal, ami itthon van? Elismered a munkámat, és hozzájárulsz te is? Valójában ilyeneket kérdez a nő, csak ezeket túl nehéz kimondani, így becsomagolja a „szemetesbe”. Tehát, ha a kérdésre rávágja a párja, hogy add oda valamelyik gyereknek, mert dolgom van, a feleség azt hallja: Nem vagy nekem fontos. Nem értékelem azt, amit itthon teszel. Így mennek félre egymás mellett a párok, és így kezdődnek a problémák.

Az előadó egy hetek óta összeszerelésre váró előszobaszekrény példájával vázolta fel egy férj-feleség közötti konfliktushelyzet valódi mélységét. A feleség az előszobába, a bejáratához teszi a még dobozban lévő szekrényt, hogy a férfi biztosan belebotoljon, amikor hazaér. A férfi azonban hazajön, kikerüli a dobozt, leül a tévé elé meccset nézni, és elkezdődik a játszma. Ez esetben is a szekrény csak a felszín, valójában nem ez a konfliktus forrása. A nő úgy érzi, a párja, aki 15 évvel ezelőtt lehozta volna neki a csillagokat is, ma már ennyire sem képes a kedvéért, tehát valójában az foglalkoztatja, hogy 15 év házasság és két gyerek után fontos-e még a férjének.

A férfi ezzel szemben, egy egész napos, felelősségteljes és fárasztó munka után csak arra vágyik, hogy hazaérjen és egy fél órára csendben üljön, erre folyamatosan jönnek az újabb és újabb elvárások. Benne az fogalmazódik meg, hogy vajon szereti-e még őt mint embert a felesége, vagy csak a mindenre képes ezermestert szereti benne, aki bútort és polcot szerel. Úgy érzi, a párjának csak arra van szüksége, amit meg tud csinálni.

## Egyből ássunk a „pincénkbe”

A terapeuta a párkapcsolat szereplőinek a belső világát egy háromszintes házhoz hasonlította. A földszinten található a garázs, ahol az érzelmek vannak, amelyek elárasztanak, amikor konfliktusban vagyunk egymással, tehát jellemzően nem pozitív érzelmekről van

ilyenkor szó. A garázs feletti részben, a lakóterben a magatartás lakozik, az, amit teszünk, ahogy viselkedünk. Az egész alatt pedig ott a pince, ahol a vágyaink „laknak”, ide kell leásnunk, vállalva ezáltal a sebezhetőséget is, mert csak így lehetünk képesek a párkapcsolati konfliktusok megoldására. Gyakran, amikor a garázs megtelik negatív érzelmekkel, olyan, mintha egy vastag kapu lezárná az átjárást, a veszekedés hevében ugyanis a legtöbb pár nem tudja kifejezni, mire vágyik.

Az előadó hangsúlyozta, fontos feltérképezni azokat a családi mintákat, amelyeket, akár egy koreográfia, újra és újra eltáncolunk, anélkül, hogy ezt észrevennénk. A tudatosság segíthet abban, hogy a jót felismerjük, és a rosszon változtatni tudjunk. Helyette arra kell törekednünk, hogy ki tudjuk fejteni érzéseinket, ugyanis ez segít a feleknek újra egymáshoz kapcsolódni.

Dr. Mihalec Gábor a konfliktusok megoldására egy háromlépcsős megoldást javasol, mindkét fél számára: ássanak le a pincészigetig, a vágyaikhoz, azaz keressék meg életük legfontosabb kérdését, ami általában ugyanaz, bármilyen vitáról is van szó, osszák meg azt a másikkal, és végül kérjenek egy konkrét dolgot a másik féltől, amivel az választ adhat a kérdésre.

A terapeuta leszögezte, minden konfliktus valójában egy elkészített kísérlet egy újrapcsolódásra, vagyis a másik valójában kapcsolódni akar, de nincsnek meg hozzá a megfelelő eszközei. Kiemelte, az ördögi kört úgy tudjuk leállítani, hogy leásunk, megosztjuk és kérünk. Tehát először leásunk a „pincénkbe”, vagyis megnézzük mire van szükségünk valójában, milyen vágyaink vannak, majd mindezt megosztjuk a társunkkal, végül pedig kérünk tőle, ezzel eszünk adunk a másiknak ahhoz, hogy kimutassa felénk a szeretetét, törődését – magyarázta.

Az előadó kiemelte: semmi jó nem származik abból, ha konfliktushelyzetben támadunk, tehát fontos, hogy amikor a vágyainkat megosztjuk a párunkkal, abban nem lehet semmiféle kritika, szemrehányás, vádaskodás, nem lehet benne a „te már megint”;... „te soha”;... „te mindig”. Ez nem a vádakról, hanem csakis a vágyakról szól!

A vágyakkal szembenézni, azokról beszélgetni ugyanakkor csak higgadt, vitamentes pillanatokban lehet, hiszen a vita hevében a konfliktus csakis a felszíni kérdésre irányul, más-más témában, de ugyanazon koreográfia szerint.

## Vuk – táncjáték és rajzpályázat

A Kult Mind Egyesület szervezésében ismét Marosvásárhelyen lép fel a budapesti Inversedance | Fodor Zoltán Társulat a Vuk (gyermektáncjáték egy felvonásban) című előadással.

Fekete István meséje ez idáig még sohasem kelt életre táncszínpadon, most azonban megelevenednek a jól ismert figurák, Karak, Vahur, Tás, a Simabőrű és még számos szereplő mellett természetesen Vuk is, amelynek játékos, eleven karakterében minden gyerek magára ismerhet. Csalafinta csínytevésén és kalandozásain keresztül a kis róka a gondoskodó szeretet segítségével fedezi fel az életet.

A hatvanperces előadásra március 26-án 11 órától és 18 órától kerül sor a Marosvásárhelyi Nemzeti Színházban.

Jegyeket telefonon lehet foglalni



a Nemzeti Színház jegypénztáránál hétfőtől péntekig naponta 9–19 óra között a 0365-806-865-ös telefonszámon.

Az előadás az NKA, az EMMI, az MMA, valamint az Előadó és Alkotóművészetért Alapítvány támo-

gatásával jött létre. Az Inversedance | Fodor Zoltán Társulat, a Nemzeti Táncszínház és a Múpa közös produkciója.

Az előadás apropóján az egyesület rajzpályázatot hirdet. Részletek a plakáton.

**A KULT MIND Egyesület rajzpályázatot hirdet óvodás és alsó tagozatos iskolások számára.**

Kérünk benneteket, rajzjátékok le a számotokra legkedvesebb jelenetet vagy legkedvesebb szereplőt Fekete István Vuk című regényéből.

A rajz bármilyen szabadon választott technikával készülhet.

Nevezési korcsoportok:  
Óvodások 3-6 évesek  
Iskolások: 6-14 évesek

Korcsoportonként az első helyezettek 2 személyre szóló belépőt nyernek Inversedance | Fodor Zoltán Társulat Fekete István VUK című előadására, amely a Marosvásárhelyi Nemzeti Színház Nagytermében lesz megtekinthető március 26-án 18 órai kezdettel.

A pályamunkákat pdf-ben, png-ben vagy jpg-ben küldhetik el az [officekultmind@gmail.com](mailto:officekultmind@gmail.com) e-mail címre, feltüntetve a pályázó nevét és életkorát.

Minden beérkezett pályamunkát feltöltünk a KULT MIND Egyesület Facebook oldalára, ahol közönségsvotazást is indítunk, és mindkét korcsoportban a legtöbb szavazatot kapott munka készítője különdíjban részesül.

Beküldési határidő: 2024. március 8., 23:59

## Pszichoszomatikus panaszok gyermekkorban

# Mit jelez a gyerek?

**Nagyon sok orvosnál járt már a család, számos vizsgálaton vannak túl, de még mindig nem tudják, miért fáj a gyerek hasa – egyre gyakrabban találkoznak hasonló esetekkel az orvosok a mindennapi gyakorlatban, és sok esetben az organikus okok kizárása után pszichoszomatikus zavarokra derül fény. Leggyakrabban fej-, illetve hasfájásra panaszoknak a gyerekek, és a tünetek háttérében sokszor iskolai vagy családi konfliktusok, sikerorientált szülői elvárások, elégtelen anyagi-szociális helyzet áll, vagy az, hogy krónikus beteg van a családban – világított rá dr. Borka-Balás Réka gyermekgyógyász főorvos a Szent Balázs Alapítvány által szervezett Rejtett dimenziók című egészségügyi konferencián tartott előadásában.**

**Menyhárt Borbála**

Sok szülő érzékeli, hogy gyereke feszült, szorong, dühös, vagy éppen agresszív, és nehezen kontrollálja az indulatait, alvási vagy táplálkozási zavarokkal küszködik. A gyermekgyógyász szerint mindenképpen figyelembe kell venni, hogy ezek a tünetek a figyelemfelkeltés eszközei is lehetnek, amikor a gyerek jelzi, hogy nem tud megküzdeni egy adott helyzettel, tehát kommunikációs eszközként használja a tünetet. E pszichoszomatikus zavarok felismerésében a gyerek-szülő-orvos közötti kommunikáció döntő fontosságú, hiszen megelőzheti a gyermek számára szükséges, sokszor invazív kivizsgálását és kezelését.

Dr. Borka-Balás Réka megjegyezte, szinte nincs családorvos vagy gyerekekkel dolgozó szakorvos, aki ne találkozott volna már ezzel a mondattal: „Nagyon sok orvosnál jártunk már, de még mindig nem tudjuk, miért fáj a hasa a gyerekeknek”. Holott gyakran a gyerek a fizikai tünetekkel tulajdonképpen stresszhelyzetekre reagál, és a kivizsgálások nyomán nem találhat háttérben semmiféle objektív elváltozást, a tünetek pedig legtöbbször átmenetiek. 7–12 éves kor között az alapellátásban részesülő gyerekeknek közel egynegyede, illetve a gyermek-szakambulanciára érkező páciensek közel fele jelentkezik ilyen panaszokkal. A stresszre válaszként adott reakció minősége függ a gyermek temperamentumától, a környezeti, illetve a szülői látott mintától, a stressz mértékétől, gyakoriságától, tartósságától és attól, hogy meg tudtuk-e tanítani a megfelelő megküzdési mechanizmusokat a gyerekeknek.

A kis pácienseknél leggyakrabban has- vagy fejfájás jelentkezik, de előfordulhat izom-, illetve végtagfájdalom, evési zavar, szédülés, fáradtság is.

Általában ezek a gyerekek szelektíven figyelnek a testi tünetekre, el is túlozzák azokat, hosszasan rágognak rajtuk, és néha katasztrofizáló értelmezést tulajdonítanak nekik. Sajnos gyakori, hogy a szülők is ráerősítenek erre a meggyőződésre, hamar ráfogják, hogy beteges a gyerek. A gyermekgyógyász főorvos hangsúlyozta, az, hogy a gyerek hogyan éli meg a fizikális tüneteket, nagyban függ attól, hogy a szülő hogyan viszo-



nyul ezekhez. Ha a szülő nyugodt, úgy gondolja, hogy csak átmeneti panaszokról van szó, akkor a gyereken sem lesz úrrá túlzott szorongás, és általában maguktól el is múlnak a panaszok. Azok a gyerekek, akiknek nyugodtak a szülei, könnyebben gyógyulnak. Ellenben, ha a szülő betegségeként tekinti a tünetekre, elkezd a jól beváltnak vélt házi praktikákkal kezelni, vagy orvoshoz viszi. Egy másik, a legritkábban előforduló lehetőség, hogy a szülő maga is felismeri, hogy a gyerek tünetei pszichés stresszhez kapcsolódnak, és biztatja, bátorítja, megpróbálja megtanítani arra, hogy az adott problémát hogyan lehetne megoldani.

### Életkoronként másként nyilvánulnak meg a tünetek

Dr. Borka-Balás Réka szerint a tünetek életkoronként másként szoktak megnyilvánulni. Már csecsemőkorban is vannak esetek, amelyeknél egyértelmű, hogy ilyen típusú tünetekről van szó. Ebben az életkorban leggyakrabban evészavar vagy hasfájás jelentkezik. A szakember egy négy és fél hónapos csecsemő esetét hozta fel példaként, aki azért került orvoshoz, mert egy hónapja nem nőtt a súlya, nem akart enni. Mindenféle vizsgálatot elvégeztek, semmiféle rendellenességet nem találtak, viszont, amikor az orvosok a családi háttérrel érdeklődtek, kiderült, hogy a család elköltözött a nagyszülőktől, az egyetlen testvérét visszaemlékezésként az egyetemre, a gyereket pedig egy idegen nőre bízták, és egy hónap alatt már háromszor cseréltek tejpöte.

Óvodás- és kisiskolás-korban a leggyakoribbak a gasztrointesztinális zavarok, elsősorban a hasfájás, de megtörténhet, hogy egy olyan gyerek, aki jó ideje szobatiszta, ismét ágyba vizek, illetve recidiváló infekciók is előfordulnak a teljesítmény- és szeparációs szorongás miatt. Előadásában dr. Borka-Balás Réka egy három és fél éves egészséges kislány példáját ismertette, aki két és fél éves kora óta szobatiszta volt, de bekerült az óvodába, a szülő meg orvoshoz fordultak, miután egy hónapja nem akart vécére, bilire ülni, négy-öt naponta volt széklete, állva végezte el a nagydolgot, a sarokba húzódva, és nagyon nyugta-

lanul aludt éjszakánként. Miután az összes fizikális vizsgálat eredménye negatív lett, kiderült, hogy a fiúcska bekapott az oviban, az első balesetnél rászóltak, majd amikor újra előfordult, meg is szidták, és attól kezdve nem akart többé kakilni.

Iskoláskorú gyerekeknel leggyakrabban fej-, illetve hasfájással találkoznak – világított rá a szakember, aki egy tízéves fiú esetét hozta fel példának, akivel azért fordultak orvoshoz a szülei, mert két hónapja visszatérő hasfájásra panaszodott. Egyéb tünete nem volt, éjszaka soha nem voltak panaszai, az iskolából azonban többször hazaküldték a fájdalom miatt. Az összes vizsgálati eredménye negatív lett, viszont amikor az orvos arról érdeklődött, hogy mi történik az iskolában, kiderült, hogy új tanintézetbe került, nincsenek barátai, nem szereti a történelemtanárnőt, mert kiabál, a román tanárnőt pedig nem érti, mert román anyanyelvű. Ez esetben a szülő is látta, hogy a gyerek szorong, tudatában volt annak, hogy milyen problémákkal küszködik, de attól tartott, nehogy szervi probléma is legyen, ezért hordozta a gyereket egyik orvostól a másikig.

Serdülőkorban a már említett tünetek mellett megjelennek a menstruációs zavarok, illetve az evészavarok, ezekkel találkoznak leggyakrabban a szakemberek.

Amint a gyermekgyógyász elmondta, nagyon sok kérdést kell feltenni a szülőknek ahhoz, hogy sikerüljön azonosítani a panaszok háttérében álló okokat, illetve az a tapasztalat, hogy gyakrabban jelentkeznek pszichoszomatikus tünetek olyan gyerekeknel, akik introvertáltak, túlérzékenyek, bizonytalanok, ott is veszélyt látnak, ahol a társaik nem, pesszimista beállítottságúak, illetve a maximalizmusra törekvő, megfelelő vágyó gyerekeknel. A gyermekgyógyász főorvos egy 12 éves egészséges kislány példáját ismertette, akit azért vittek orvoshoz, mert három hónapja fejfájásra panaszodott. Látta szemész, neurológus, gyermekgyógyász, fül-orr-gégész, illetve a labor- és az imaging vizsgálatok alapján sem találtak semmiféle rendellenességet. A család is kiegyensúlyozottnak tűnt. Amikor kérdezték őket, kiderült, hogy a kislány mindig osztályelső volt, viszont az év elején új osztálytárs érkezett, aki kezdte

megelőzni őt a tanulásban, és állandó versengés alakult ki a két gyerek között, amit a lány nagyon nehezen viselt, szorongást, dühöt váltott ki belőle. A fejfájás hátterében tehát valószínűleg ez a feszültség állt.

A gyerekek panaszai az esetek nagy részében a családban fennálló problémákból erednek – mutatott rá a szakember, aki a családdinamikával foglalkozó Salvador Minochin elméletét ismertette, aki különböző családtípusokat különített el. Beszélte a túlságosan oltalmazó családból származó gyerekről, akit a szétlét is óvna, mindent megtesznek helyette, így a gyerekek nem alakulnak ki azok a természetes alkalmazkodóképességei, amelyeknek köszönhetően meg tud birkózni az egyes helyzetekkel. A másik családtípusra a merevség jellemző, annyira szigorúak a szabályok, hogy a gyerek nem képes minden elvárásnak megfelelni. Emellett lehetnek kívülről nagyon harmonikusnak tűnő családok, amelyekben a gyerekek esélye sincs arra, hogy a problémáit meg tudja osztani valakivel. Egy másik családtípus az, amelyben a gyerekeket túl korán bevonják a felnőttek között zajló családi konfliktusokba. Az olyan családokban, ahol a szorongás halmozódik, a gyerekeknel sokkal gyakrabban fognak előfordulni pszichoszomatikus panaszok. Ugyanez a helyzet akkor is, ha sikerorientált szülőknek kell megfelelnie, ha elvárják tőle, hogy lovogoljon, zongorázzon, angolul és németül tanuljon, közben sportoljon és az iskolában is jelesen szerepeljen. A másik véglet az elhanyagoló családok képezik, ahol szintén nagy az esély arra, hogy a gyerekeknel pszichoszomatikus panaszok jelentkezzenek, de ugyanez a helyzet, amikor családon belüli erőszak áll fenn, vagy ha a családban krónikus beteg van. Ezt illusztrálja annak a 16 éves fiúnak az esete is, aki hónapok óta erős fejfájásra panaszodott, organikus elváltozást nem találtak nála a vizsgálatok során, viszont kiderült, hogy a szülők elváltak az apa anyával szembeni erőszakos viselkedése miatt, az anya betegség okán elvesztette a munkáját, így nehéz anyagi helyzetbe kerültek, az apa pedig bírósági eljárást indított a gyerek

felügyeletéért, viszont a fiú nem akart hozzá kerülni.

Egy 2020-ban végzett kutatás kimutatta, hogy ha a szülőnek krónikus betegsége van, főleg ha az anyáról van szó, az fokozza annak a valószínűségét, hogy a gyerekeknel pszichoszomatikus panaszok jelentkezzenek.

A kockázati tényezők sorában kiemelt szerepük van a környezeti tényezőknek, többek között az iskolai zaklatásnak, a bullyingnak, ami egyre inkább része a gyerekek, fiatalok mindennapjainak. A gyermekgyógyász megjegyezte: a tanulmányok szerint mindegy, hogy milyen szerepe van a gyerekeknek ebben a folyamatban, mindenképp gyakoribbak a pszichoszomatikus tünetek azoknál, akik érintettek a zaklatásban. Ugyanakkor a tanárok részéről érkező nyomás is gondot okozhat, főleg ha a képességeinek nem megfelelő elvárásokat támasztanak a gyerekekkel szemben, olyan feladatokat adnak neki, amelyek a sikertelenség érzését váltják ki belőle. Az anyagi-szociális helyzet is problémaforrás lehet, például egy jó nevű iskolába járó, kevésbé tehető gyerekek, aki nem tudja megengedni magának mindazt, amit a többiek, jó eséllyel fog pszichoszomatikus tüneteket produkálni. Dr. Borka-Balás Réka egy 15 éves fiú esetét ismertette, aki nem volt beteges, de befele forduló, a korosztályától sok tekintetben eltérő, különleges érdeklődésű gyerek volt, akit a bogarak világa nyűgözött le. A végtagoknál jelentkező fájdalom miatt került orvoshoz, az összes fizikális vizsgálat eredménye negatív lett, végül kiderült, hogy az anya depressziós, kezelés alatt áll. A fiút Kolozsvárra küldték szakmát tanulni, holott ez messze eltért az ő érdeklődési körétől. Kolozsváron bentlakásban lakott nyolc másik fiúval, akik kiközösítették, csúfolták, az iskolában sem érezte jól magát, és sokat hiányzott, hol a fájdalmai miatt, hol pedig azért, mert ellögett az órákról.

### Sok szülő elutasítja a pszichológus segítségét

A mindennapi gyakorlatban azokat tekintik szomatizáló betegeknek, akiknek nincs azonosítható betegsége, nem áll fenn náluk fizikai elváltozás, és rekurrens szomatikus tünetek vannak a kórtörténetben. A gyermekorvos, illetve a családorvos ezekben a helyzetekben annyit tehet, hogy miután kizár mindenféle szervi elváltozást, és felismeri a pszichoszomatikus zavar, elmagyarázza a szülőknek, hogy a gyermek tünetei valóságok, nem szimulál. Fontos elmagyarázni nekik e tünetek kialakulásának mechanizmusát, hogy a szülő megértse, miért van szükség pszichológus, esetenként pszichiáter segítségére. Csak így lehet megelőzni azt, hogy orvostól orvosig hordozzák a gyereket, és kitegyék mindenféle kivizsgálásnak.

A legnagyobb probléma azonban, amit az orvosok tapasztalnak, az, hogy sok esetben a család elhárítja ezeket a panaszokat a pszichés magyarázatát. Amikor a gyermekgyógyász felveti, hogy jó lenne egy pszichológushoz is elmenni, gyakran az az első reakció a szülő részéről, hogy az ő gyereke nem bolond. Ilyen körülmények között nagyon nehéz meggyőzni a szülőket arról, hogy jó lenne ebben az irányban elindulni.

## Enikő receptjei

Rózsa Enikő

### Tehéntúrós torta



Egy liter zsíros tejet fél liter aludttejjel, egy citrom reszelt héjával, 15 dkg porcukorral, négy kis tasak vaníliás cukorral odateszek föni. Annyi grízlet főzök bele (lassú tűzön), hogy jó vastag masszát kapjak. Még forrón öt tojássárgát, öt dkg vajat, 70 dkg zsíros tehéntúrót keverek hozzá. A kapcsos tortaforma alját és oldalát kivajazom, a babapiskótát tejbe mártom, és a tepszi alját kirakom vele. Erre teszem a tehéntúrós massa felét, amire jön a darabos meggydzsem, de friss gyümölcsöt is használhatunk. Majd rákentem a tehéntúrós massa másik felét. A prézlit vajban megpirítottam, és rászórtam a tetejére. Eperrel díszítettem. Szeletelve fagyival, pudinggal, friss gyümölcscsel, zselével vagy dzsemmel fogyaszthatjuk.

### Diósüti

40 dkg lisztet, 25 dkg vajat, 10 dkg porcukrot, egy tojást, egy evőkanál darált diót, csipetnyi sót, egy tasak vaníliás cukrot jól összegyúrtam. (Ha nem elég puha a tészta, kevés tejfölt is gyúrhatunk bele.) A jól formázható tésztát vékonyan kivajazott, dió formájú sütőformába



nyomkodtam, és 180 fokon 10 perc alatt készre sütöttem. Saját készítésű karamellkrémmel töltöttem meg a formácskákat, és összeillesztettem őket. Három tábla étcsokit gőz fölött pici tejszínnel és olajjal felolvasztottam. A diócskák egyik felét csokimázba, majd vagdalt, pirított mogyoróba forgattam. Természetesen darált dióba is forgathatjuk.

### Spenótkrémleves

Fél kg friss spenótot hat cikk fokhagymával, ízlés szerint sóval, egy nagyobb, kockákra vágott krumplival, egy szelet hagymával felöntünk annyi vízzel, hogy épp csak ellepje, és odatesszük föni. Kb. 15 perc alatt minden egyszerre puha lesz, a krumpli is, majd botmixerrel krémesítjük. Két dl főzötejszint adunk hozzá, amivel csak egyet rotytantunk rajta. Ízesítjük, ha szükséges, sóval, borssal, fokhagymával. Megszórhatjuk pirított magvakkal is.



### Hagymás szelet párolt rizzzel

Öt fej hagymát felszeletelünk, kettévágjuk, majd hosszába. Másfél dl olajban a hagymaszeleteket átforgatjuk, öt cikk fokhagymát, egy jókora szelet friss paprikát, fél paradicsomot adunk hozzá. Egy kg fehérkarajt ujjnyi vastagságúra szeletelünk, és a hagymás masszába helyezük. Sózzuk, borsozzuk, pirospaprikát szórunk rá. Fél dl száraz fehérbort adunk hozzá, és feltöltjük annyi vízzel, hogy jól ellepje. Lassú tűzön puhára pároljuk, amíg a leve elfő, és



sűrű, hagymás mártást nem kapunk, akár a pörkölt. Aki szereti, már az elején adhat hozzá 1-2 babérlevelet is. Megkóstoljuk, és ízlés szerint még fűszerezzük. Natúr rizst készítünk hozzá. Pici olajon a rizst átpirítjuk, és kétszer annyi vízzel feltöltjük, mint a rizsmennyiség. Sózzuk, majd kb. 7 percnyi főzés után félre vesszük. Konyharuhával letakarjuk, és 15 percig pihentetjük.

Jó étvágyat kívánok!

## Nemet mondanak a magányra

**Senki sincs magányra ítélve. Akkor sem, ha megöregedett. Akkor sem, ha beteg. Lehet, hogy elment a társ, kiröppennek a gyerekek, ritka-drága luxus, hogy hazaröpüljenek. Kopnak a ruhák, a csontok, a csigolyák. Még akkor is, ha az ember egész nap csak egyik székről a másikra ül, és reméli, hogy a széles képernyőjű televízió, a zúgó rádió, a könyv lapjai vagy az újság hasábjai elrejtik majd ön-maga előtt: mennyire fáj a hasznalatlan tudata. Nem hasznos már, nincs rá szükség, azt képzelet, és minél többször teszi, annál erősebben hiszi. Egyre nehezebb kimenni a házból. Még kenyérért is. Minek?**

Orbán Júlia

Ezért van közösség Marosszentgyörgyön: legyen társaságuk, igaz barátjuk a tév képernyő fogságába esett, sokszor társuk mellett is magányos embereknek; gyógyuljon a lelkük, amelyről nem akarnak tudomást venni, és tisztuljanak győtrő



gondolataik. Kortársakból áll a közösség. Minden egyén mögött egy áttanult, átdolgozott, áttapasztalt élet, megosztásra váró emlékek állnak. Továbbadásuk vigasz, öröm és reményforrás, foganó gondolata tudatnak: értékesek a tapasztalataik, amelyeket az ifjabb generációk nevelésére fordíthatnak. Bölcsességgé érett tapasztalatainak puttonyát csökönyösen és fáradozva cipeli magával az az ember, aki nem

ajándékozza meg emlékeivel környezetét. Pedig minden elmesélt történettel könnyebb lehetne az ételszákja, és gazdagabb az őt hallgató személy.

Itt lehet beszélgetni. Négy szemközt, bensőségesen vagy nyíltan, nagy csoportban, az időskor testi és lelki sajátosságait kitűnően ismerő szakemberek jelenlétében. Táncolni is lehet: kíméletesen, élénken, vidáman az aktívan működő szenior-

örömtáncsoportban. Mindezen foglalkozásokat a Gyulafehérvári Caritas Marosszentgyörgyön dolgozó munkatársai tartják: Kacsó Katinka szenior-örömtáncoktató, Szigyártó Adrienn pszichológus és Kiss Gyöngyi gyógytornász, szenior-örömtáncoktató. Arra is odafigyelnek, hogy emlékeztessék az idősek számára az ünnepeket. Ötletes programokat szerveznek az öregek világnapjára, és meghitté teszik a közösség számára a karácsonyi ünnepséget. Nyáron történelmi helyekre, szép vidékekre látogatnak el együtt.

### Derús nyugdíjasok

– Vidám nyugdíjasok vagyunk. Élvezzük az életet. Sokat szórakozunk. Mindenfelé járunk: táncolni a Caritas szenior-örömtáncsoportjába, egyházi kórusba, kirándulni, színházba Marosvásárhelyre és operába Kolozsvárra. De ha nem is megyünk messze, akkor is minden nap kimozdulunk a házból. A begubózás az időskor legnagyobb ellensége, mert idővel egyre több ürügyet fogsz találni az otthon maradásra. Ha valakinek betegség miatt nehéz a mozgás, az érthető. De akkor is jót tesz, ha egy rövid sétára kilép a házból. Mert ha kimegy az ember, ha csak vásárolni is, már

fel kell öltözni, és máris másként érzi magát. Legtöbbször találkozik is valakivel, aki rákösön, megkérdezi: hogy van, és akár megvárja a választ, akár nem, legalább kapcsolatba kerül valakivel. De többnyire azért beszélgetésbe elegyednek az emberek egymással, és minden ilyen beszélgetés hozzátesz valamit a naphoz – osztotta meg gondolatait beszélgetésünk során *Kocsis Ilona*.

– Szívesen járunk szenior-örömtáncra. Nem annyira új táncok tanulása miatt, hanem azért, mert rövid idő alatt több lépést, mozdulatot, figurát kell elsajátítani, azokat észben tartani, és az induló zenére ritmusra eltáncolni. Figyelni kell, használni az agyunkat. Remek agytorna, amire szükség van. A hangulat is nagyon jó. A társaságért is jó ide jönni. Sokat beszélgetünk, feldobja a napunkat. Meg aztán: egy újabb ok, amiért kilépünk a házból. Milyen másként telik a hét, ha az ember tudja: táncolni fog. Napokon át készül, és nem engedi, hogy esetleges rosszkedve vagy egy enyhén fájó testrészt eltérítse a szándékától – tette hozzá *Pop Ildikó*.

A Gyulafehérvári Caritas közösségi szociális szolgáltatásait a Marosszentgyörgyi Polgármesteri Hivatal támogatja.

## A zenélő úszóbajnok (4.)

### Szilágyi Mihály

Szekrényessy Kálmán sport-szerű úszó volt. Nála az úszás alapját a testedzés, az izmok fejlesztése jelentette. Egész életében azért küzdött, hogy az úszók a hosszú távú úszások alatt se pótolják energiájukat se étel, se ital formájában, tehát már a kezdetleges teljesítményfokozó eljárások ellen is tiltakozott.

Az úszást nem tekintette önös dicsőségnek. Igyekezett Magyarországon népszerűsíteni ezt a sportot. 1878-tól kezdődően elméleti felkészüléssel, újságcikkkel, tréningekkel készítette elő a magyar úszóklub megalapozását.

Számtalanszor átúszta a magyar tengert, hogy másoknak is példát mutasson a sportszerű úszásból. Évről évre egyre nagyobb figyelemmel követték teljesítményét, úszás-

népszerűsítéseit. 1881-ben Vác és a Margit-híd közötti 31,5 kilométeres távot mindössze 5 óra 10 perc alatt tette meg – akkor ez számított Európa leghosszabb végigúszott távolságának. Ugyanebben az évben ismerősei és barátai meghívására Olaszországban is bizonyított: Pegli és Genova között 19 kilométert úszott a nyílt tengeren. 1882. augusztus 23-án a balatoni versenyekre összegyűlt sportemberek megalapították a Balatoni Egyletet.

1883-tól kezdve edzőként és sportszakíróként mozdította előre az úszósport csónakját. Ő népszerűsítette a nők körében is ezt a sportot. A kezdeti gátlások ellenére hamar egyre nagyobb számban jelentkeztek a versenyszerűen úszni akaró nők is.

Szekrényessy készítette fel Hajós Alfrédot az 1896-os athéni olimpiára. Hajós erről a megmérettetéséről

két aranyéremmel érkezett haza: 100 méter, illetve 1200 méter gyorsúszásban lett olimpiai bajnok. Tanítómesterére ekképp emlékezett: „Szekrényessy Kálmán az első magyar úszó, akinek nevét külföldön is ismerték. Távúszó-teljesítményei Európa-szerte feltűnést keltenek, és itthon is nagymértékben hozzájárultak az úszás népszerűsítéséhez”.

Kissé mókás történet, hogy Szekrényessy felismerte a tútláplálkozás veszélyeit, és ezt szóval is tette. No, csak ez kellett híres regényíróknak, Mikszáth Kálmánnak, aki szintén kiszélesedő példája volt a túlsúlyosságnak! Talán szívére vette a kevesebb evésre utaló intelmet, rittyentett is egy füstölő bajusz alóli röffenetet a nemzet dicsőségének számító sportemberről, és közhírré tette a Pesti Hírlapban: „Szekrényessy a Balatont úszta át. Órákon köröszül ott lubickolt a nyomorult vízben, s mégsem változott sem csukává, sem durbincská – pedig megérdemelte volna. Mert amelyik ember ember, ne kívánczozék békának”.

Mikszáth még kigúnyolta Szekrényessy vizes kalandjait, de már inkább nem szólt egy szót sem, amikor a békaember a levegőt és a vizet is igyekezett meghódítani. Talán kevesen tudják, de épp az ő korában jelent meg egy furu szerkezet, ami mindössze két kerékből állt, és a feltalálója ezzel kísértette őrzőangyala éberségét. A két kerék iránti vonzalom pedig sokakat megbabonázott. Ez a furu szerkezet nem más, mint a kerékpár volt. Illik



Szekrényessy baráti köre (Vermes Lajosék iramgépekkel)

tudunk, hogy a kerékpár szót maga Szekrényessy Kálmán találta ki, tehát nyelvújító is volt. De nemcsak a szót adta nekünk, hanem sokat tett azért is, hogy a magyar társadalom egyáltalán megbarátkozzon a bicikkel. Az 1880-as évek elején mindössze két kerékpáros egysúlyozott Budapesten, és őket is kinevették. A falvak világában az „ördög masinájának” nevezték az új járgányt, és az is előfordult, hogy keresztvetéssel néztek a tovagördülő ördögmotolla után, vagy akár utánadobáltak, sőt rá is lőttek. Ezt a nézetet igyekezett megváltoztatni az úszómester, elvégre így a szárazon is asapzható a súlyfelesleg – és talán még Mikszáth úr javát is szolgálná. E nézet megváltoztatása érdekében létrehozták a „Budapesti-Kerékpár-Egylet”-et, és a babonás járművel való „ösmerkedési estélyt” szerveztek, melyre az érdeklődőknek külföldről a legjobb kerékpárokat

szerezték be, 1883-ban pedig a balatoni úszóversenyt már kerékpárviadallal egészítették ki. Az „ösmerkedési” alkalmak oda vezettek, hogy Szekrényessy vezetésével elfogadás végett a Belügyminisztérium asztalára került a kerékpárok közlekedési szabályzata.

Szekrényessy továbbá a sportszerű korcsolyázást is támogatta, sőt ő indította el a magyar női sportkorcsolyázást. Ugyancsak a nevéhez fűződik a női sportruházat szükségességének felvetése. És amiről szintén nem szabad megfeledkeznünk, sportlapja segítségével honosította meg Magyarországon a gördülő korcsolyát. Ugyancsak hozzá kötődik a sportfogadások meghonosítása is.

A hegymászás is kedvenc erőgyakorlatai közé tartozott, és erre szerelmét, Háczyk Laurát is rákapta, így a hölgy lett az első magyar női hegymászó a Mont Blanc egyik csúcsának meghódításával.



Az MTK-alapító népszerűsége csúcán mint úszóbajnok

		1.	VIZET ADÓ	FOLYADÉK OROSZ NŐI NÉV	RÁSKAY ... (KÖNYV- MÁSOLÓ APÁCA)	A TÖMB HATÁRAI!	IDŐS	SZIBÉRIAI FOLYÓ HORDÓ- FÉLE	DÉL- AMERIKAI ÖSLAKÓ	DALLAL GYŐZELEM	A TÁVOLBA	RUGALMAS ANYAG	EGO A NOSZTY FIÚ ... (MIKSZÁTH)	KIRÁLYI ÜLŐHELY	VILÁGÍTÓ DIÓDA	NEM ILYEN
<i>Pierre-Louis Belloy XVIII. századi francia írótól idézzük a fősorokban.</i>		M														T
	A TANTÁL VEGYJELE			SPANYOL FOLYÓ ÜRES KASI!				AFRIKAI FOLYAM VAJ LEHET ILYEN					LUSTA PARTNER			
	PÓKSZERŰ ÁLLATKA LESZÁRMA- ZOTT					HANGA BUENOS ... (ARGENTIN FŐVÁROS)					CIRILL TESTVÉRE MEG NEM ENGEDETT					NÉVELŐ SZAPPAN- MÁRKA
2.	J	... ODORATA (IBOLYA)	BUSZKLIENS ABBA AZ IRÁNYBA		ÓGÓRÓG PIACTÉR ELŐRE JUT				MITOLÓGIAI ÓRIÁS AUTÓS SZÁLLODA						ANNYI MINT (RÓV.) CSEH-NÉM. HEGYSEG	
	KÖRÜL- TEKINTŐ			MAGYAR ÉS OLASZ AUTÓJEL CSÜNGET			ÁSVÁNYI FÜSZER NÉMA MESE!		TE ÉS ÉN TIPOR		A TERV LÉNYEGE! ANTE MERI- DIEM (RÓV.)			FOHÁSZ LATIN CSONT		
	ÍTÉLET- HOZÓ		RIADÓ KESERŰ ORVOSI ANYAGOK					HOSSZÚ NŐI SÁL ZAMAT					INDIÁN TÖRZS ... PIAF (ÉNEKESNŐ)			
	VÁZUNK EGY DARABJA MAGYAR MEGYE			OROSZ ÍRÓ (JURIJ) INDIÁN TÖRZS VOLT				FRANCIA ATOM KARMESTER (ALBERTO)					SZINTÉN NE GÁRDONY PUSZTÁJA			NAPÓLEON JELE SZŰL AZ ÁLLAT
			FELFELÉ NAGY ARATI!				NAGYON ÖRVEND MAGAD				SZLÁV IGEN SZOLMIZÁ- CIÓS HANG			FÖLÉ ... ORSZÁG- GYŰLÉS (1707)		
	A NÁTRIUM VEGYJELE RÉG ÉLT ELŐD		RAGAD TÁVOZZI!			BOSSZUL ... EBCSONT BEFORR (PETŐFI)					ÉNEKES- MADÁR JÓZSEF A. VERSE			ELEKI CIN		
		FR. FORRA- DÁLMÁR (JEAN-PAUL) RAJT			NOBILIS NAGYOBBÁ TESZ				FASZESZ (ÉK. F.) MUNKÁS (ARGÓ)							VITATHATÓ
	HIÁNYOS ZSEBI!		... MILAN (SPORTKLUB) ELEMI PARÁNY		OLASZ ÍRÓ (DARIO) NÉPES ÁLLAM		JUTTAT EVA TÁRSA		MOST VAN A FELSŐ- FOK JELE		SZLÓVÁK FO- LYÓ (ÁRVA) TÉRBELI TEST					SZAMOAI PÉNZ
	SZICÍLIAI VULKÁN		CSEH AUTÓ- MÁRKA USA- SZABVÁNY					ISKOLA ALSÓ TAGOZATA EME PÁRJA				DIDEROT NÉVJEGYE SPANYOL ARANY			VONALZÓ- FÉLE TANÁCS (NÉMET)	
	FÖLÖTTE			JAPÁN POLI- TIKUS (HAJATO) SÓHAJ				BOLTI ÁRUS IGEKÉPZŐ					AKTA AZ EZÜST VEGYJELE			
	ERREFELE!		LOPAKODÓ SPANYOL AUTÓJEL			BARÁT (SPANYOL) FÉLÁRI!					IDÓMÉRŐ A JÓD VEGYJELE			ANGOL SÓRFELE AMPER (RÓV.)		
L.N.J.	T								CIRÓGATÁS							

Február 22-i rejtvényünk megfejtése: **Bármint akarsz mondani, mielőtt másnak mondanád, előbb mondd magadnak. Seneca**



## Bűnbandáktól rettegő fiatalok

(Folytatás az 1. oldalról)

verbuválódott csoportok abban lelik örömeiket, hogy megalázzák, agyba-főbe verik az általuk kiszemelt áldozatokat, videófelvevételek készülnek a kegyetlenkedéseikről, amit megosztanak a közösségi oldalakon, és elégtételként fitogtatják a csoportos „hóstetteket”.

Február 2-án a Maros Megyei Rendőrség Bűnügyi és Közrendvédelmi Osztályának rendőrei 24 órára őrizetbe vettek négy – 14 és 17 év közötti – fiatal egy 13 és egy 14 éves kiskorú ellen elkövetett erőszakos cselekmény miatt. Az őrizetbe vett fiatalok közül később hármat 30 napra előzetes letartóztatásba helyeztek. Február 12-én a marosvásárhelyi rendőrök 24 órára őrizetbe vettek három másik, 15–16 éves marosvásárhelyi és maros-szentgyörgyi fiatal. A nyomozást azt követően terjesztették ki, hogy kiderült, ők is részt vettek január 23-án a 14 éves kiskorú ellen elkövetett kegyetlen bántalmazásban.

### Összefogással meggátolni a brutalitást

Amint arról február első napjaiban hírt adtunk, január 23-án egy 14 éves kiskorú édesanyja értesítette a rendőrséget, hogy fiát fiatakorúakból álló csoport fizikailag bántalmazta egy marosvásárhelyi parkban. A kiskorút szakorvosi ellátásra és kivizsgálásra egészségügyi intézménybe szállították. Az elszennvedett sérülések gyógyulásához a közlemény szerint 30–35 napos orvosi ellátásra lesz szükség.

A rendőrök február 1-jén négy házkutatást tartottak Marosvásárhelyen és Ákosfalván a bűncselekmény elkövetésével gyanúsított személyek otthonában, amelyek során több, az ügy szempontjából fontos bizonyítékot foglaltak le, és kiderült, hogy négy – 14, 16, 17 éves (marosvásárhelyi) és egy 17 éves (Ákosfalva községbeli) – fiatal, más fiatalok kíséretében, fizikailag bántalmaztak egy 14 éves, ütlegelték és rugdosták. A nyomozás



azt is feltárta, hogy a négy fiatal közül egyik, a 17 éves állítólag tavaly novemberben hasonló módon bántalmazott egy 13 éves kiskorút, akinek 8–9 napos orvosi kezelést igénylő sérüléseket okozott.

Ez idáig ebben az esetben 10, az erőszakos cselekményekben részt vevő kiskorút azonosított a rendőrség, és közülük 7 ellen előzetes letartóztatást rendeltek el.

A rendőrség közleménye szerint az igazságügyi hatóságokkal való együttműködés hiánya nemkívánatos eseményekhez vezethet, mivel ártatlan személyek válhatnak erő-

szak áldozatává. Ugyanakkor a feltételezett elkövetők megbüntetésére irányuló egyéni kísérleteket sem javasolják, mivel a hatályos jogszabályok szerint mindenfajta erőszakot szankcionálnak. A rendőrség arra biztat minden olyan állampolgárt (szülőket és érintetteket), aki erőszakos cselekményekkel kapcsolatos információval vagy bármilyen más adattal, illetve fotó- és videóanyaggal rendelkezik, hogy mindegyik előtt bocsássa azokat a rendőrség rendelkezésére, amelynek nagy szerepe lehet a biztonságos környezet fenntartásában.

### Tízen támadtak egy védtelen gyerekre

Szerettünk volna többet megtudni a jelenségről a rendőrségi közlemények mellett, ezért mélyebbre ásva tettük fel kérdéseinket, és amint érdemleges válaszokat kaptunk, megosztjuk olvasóinkkal. Mindaddig azonban feljegyeztük az általunk megkeresett bántalmazott fiatalok szüleinek megrendítő vallomásait.

A Maros Megyei Rendőr-felügyelőség rendőreinek legutóbbi tájékoztatása szerint 10 olyan bűnügyi dossziét nyitottak, melyekben a tavaly júniustól regisztrált, testi sértés vagy más erőszakos cselekmény miatt vizsgálják a bűncselekmény-sorozatot az esetek bizonyítása és a megfelelő jogi intézkedések megtétele érdekében. A bántalmazottak úgy tudják, hogy ez idáig több mint negyvenen bátorkodtak rendőrségi feljelentést tenni.

Azt követően, hogy több ízben is megfenyegettek egy 14 éves diákot, a 12–18 évesekből álló bűnbanda tagjai január 23-án a Tudor negyedbeli Infrátrini utcai parkba csaláltak áldozatukat úgymond békekötési szándékkal. A tízfős társaság azonban valósággal az életére tört, állítólag a filmekben látott védelmi pénzt követeltek tőle. Ketten lefogták, és a többiek ütötték, rúgták, talán egy életre megnyomorították: állkapocs-, bordatörés, kivert fogak, összerugdosott nemi szervek, olyannyira, hogy műtéti beavatkozások sora vár a gyerekekre. Ezt már semmiképp sem lehet egyszerű csínytevésnek beállítani. Az arcidegbenulás és a fizikai szenvedés mellett a lelki sebek talán sosem gyógyulnak be, mint többen is elmondták, majd mindenik áldozat pszichológus segítségével próbálja feldolgozni a vele történeteket.

Olyan bántalmazottal is beszélünk, akit tavaly november 25-én és 26-án is bántott a bűnbanda a Shopping City bevásárlóközpontban. November 26-án, vasárnap este 6 óra körül nagy volt a forgalom a bevásárlóközpontban, amikor egy lány szaladt szembe az áldozattal, és mérte az indító ökölcsapást a mit-

sem sejtő 16 éves fiatal arcába, majd mire az feleszmélt, kilencen vették körbe, térdre kényszerítették és ütötték, ennek ellenére senki sem sietett a virágüzlet előtt ütlegelt fiatal segítségére. Az agresszív támadásoknál talán csak az emberi nemtörődomség, passzivitás az elkeserítőbb. Ilyenkor feltevődik a kérdés, hogy hová tűnt az emberbaráti szeretet, a felelősségtudat, de az áruház biztonsági szolgálatának a feladatköre is megkérdőjelezhető.

### Halálos fenyegető üzenetek

A tavaly novemberi esetet a rendőrség fektette, annak ellenére, hogy a bántalmazott fiatal szülei akkor feljelentést tettek. Az idén január 23-án történt rendkívül súlyos bántalmazást követően a szülők nyomására porolták le azt az aktát, amelyből azonban az ökölcsapást mérő lányt terhelő feljelentés eltűnt. A novemberben megtámadott fiatalnak akkor hivatalból kirendeltek egy védőügyvédet is, akit azonban senki sem értesített, ezt most, utólag megtette a család. A 24 órás őrizetbevételt követően a 18 éves banda-vezér állítólag halállal fenyegette meg mindazokat, akik feljelentést tettek ellene. Az áldozatok szerint azt üzenté, hogy majd egyesével „levadássza” a feljelentőket – tudtuk meg a többi között.

A rendőrség közleményeiben azonban arra biztatja az áldozatok szüleit, hogy álljanak ki az ügy mellett, és bátran tegyenek feljelentést, de a mindenki által megfogalmazott kérdés az, hogy tud-e érdemben védelmet biztosítani a rendőrség az áldozatoknak? A válasz egyértelműen nemleges, ezért volt olyan 18 éves áldozat is, akit a rendőrség keresett meg a Shopping City térfelügyelő kameráin rögzített tavaly november 25-i bántalmazása miatt. Mint megtudtuk, az nem az első elszennvedett bántalmazása volt, még a szüleinek sem merete elmondani a sorozatos fenyegetések miatt. Rendőrségi feljelentésre végképp nem volt hajlandó, még a bántalmazottak szüleiből verbuválódott csoport kérésére tett feljelentést a családról.

Egy másik 16 éves áldozatról is tudomást szereztünk, akit a helyi közszállítási vállalat autóbuszában fogtak közre, térdellették le és ütlegelték tavaly télen, majd a videó-megosztón az is nyilvánosságot kapott. A hasonló esetekből egyértelmű, hogy a felnőttek sem tudnak cselekedni, vagy csak egyszerűen féltik a saját testi épségüket. Pedig gondolhatnának arra is, hogy akár az én fiam, unokám, lányom vagy feleségem lehet a következő áldozat, ha nem állítjuk meg ezt a vírusként terjedő kegyetlenkedést. A tízen egy ellen sosem számított hőstetteknek, ennyit bár megtanulhattak volna. Vagy megtanulhatták volna a szüleik, akik közül állítólag senki sem kereste meg a bántalmazottakat egy bocsánatkérés erejéig a gyermekük viselkedése miatt. Egyébként nem hátrányos és nehéz anyagi körülmények között élő fiatalokról van szó, közülük egyesek jól szituáltak, a védelmi pénz csupán ürügy lehet a támadásra, hacsak nem bizonyos szerek utáni vágy hajtja őket, de a biztos háttér még nagyobb bátorságra ösztönzi a brutalitásában örömeiket lelő ifjakat. Sajnos, a bántalmazottak tapasztalata szerint az emberi passzivitás nagyobb úr, mintsem beavatkozni, segíteni a bajban lévőnek legalább annyival, hogy a 112-es segélyhívó számon a rendfenntartók közbelépését kérjék. Pedig az egyre jobban eldurvuló támadások felnőttekre, idősekre is kiterjedhetnek, ha a rendőrség és a lakosság nem tud összefogni, és gyökerestül kiirtani ezt a kegyetlenkedő, magukat RSS csapatként megnevező hitlerjugendes majmolást.



A képek forrása: Punctul

## Az Ajax nyerte az Iszlai Csaba-émléktornát

Gligor Róbert László

Címvédéssel zárult múlt hétvégén Nyáradszeredában az Iszlai Csaba-émléktorna, amelyet második alkalommal rendeztek meg.

A kispályás labdarúgótornára tíz csapat nevezett be: az SK Nyáradszereda és annak U17-es csapata, a Krystal Kings, a geryeszegi Grandlion, a csíkfalvi Arsenal, a nyárádgálfalvi Törökvs, a második Manchester, a csibai Ajax, a nagyenyői Dominators, a marosvásárhelyi Sasok és a nyárádreteiei Gold Diggers United.

A két csoport szombati mérkőzése után az első csoportból az Arsenal és a Grandlion, a másodikból az Ajax és a Dominators jutott tovább. A vasárnapi elődöntőben az ernyeiek 4-1-re múlták felül az esélyesebb csíkfalviakat, míg Nyárádkarácson község két csapatának szoros összecsapásából a csibaiak kerültek ki győztesen minimális előnnyel (1-0).

A kisdöntőben a Manchester fölényesen nyert az Arsenal ellen (1-4), míg a döntőben az Ajax nem kegyelmezett a Dominatorsnak,

ugyancsak 4-1-gyel védve meg a tavaly is elnyert bajnoki címét.

A helyosztó mérkőzéseken a Grandlion 5-0-ra hengerelte le a Gold Diggers Unitedet, míg a két nyáradszeredai csapat összecsapását a „nagyok” nyerték 3-1-re.

A díjazások előtt egyperces néma csenddel emlékeztek a tavaly év elején elhunyt Iszlai Csaba nyáradszeredai labdarúgóra, edzőre, a sportbázis gondnokára.

Az emléktornát szervező SK Nyáradszereda elnöke, Somodi Szilárd úgy vélte: bár a tavalyi tizenkettővel szemben most csak tíz csapat nevezett be, színvonalában jobb volt a torna, és szervezési szempontból is könnyebb volt két csoportban lejátsszani a mérkőzéseket. Ezért a vasárnapi meccsek is érdekfeszítőbbek voltak, ugyanis a második játéknapot a két csoport első és második helyezettei határozták meg.

Érdekességképp jegyezte meg a szervező: az A csoport volt az erősebb, ott szoros mérkőzéseket játszottak, a két döntőt mégis a második csoport adta.



A csibai-karácsonfalvi Ajaxnak sikerült megvédenie a tavalyi bajnoki címét

Fotó: Somodi Szilárd

## Női Nemzetek Ligája: magyar vereség Belgiumban

Jól kezdte a mérkőzést a magyar női labdarúgó-válogatott, de ismét 5-1-es vereséget szenvedett a belgáktól a Nemzetek Ligája osztályozós párharcának keddi visszavágóján, így a következő kiírásban is a B divízióban szerepel majd.

A magyarok ősszel a második helyen zártak csoportjukban a másodosztályt jelentő B divízióban, míg a világranglista 18. helyén álló belgák a harmadik helyet szereztek meg saját csoportjukban az élvonalban. A jelenleg a 41. helyen rangsorolt magyarok eddig háromszor kikapnak a belgáktól, legutóbb négy napja 5-1-re a felcsúti Pancho Arénában.

A mérkőzés első gólját Kaján Zsanett szerezte, aki szögletből csavarta a belga kapuba a labdát. A szünet előtt azonban egyenlített a házigazda, majd a fordulás után Tessa Wullaert mesterhármassal jutott és két gólpasszt is kiosztott Jill Janssensnek.

Ezzel a találkozó az odavágóhoz kísértetiesen hasonlóan alakult, az első félidőben a magyarok még fel tudták venni a versenyt a jobb erőkből álló belgákkal, akik a folytatásban felőrölték a magyar nemzeti együttest, így a végeredmény ismét 5-1 lett a javukra.

### Románia kiesett a B divízióból

A román női labdarúgó-válogatott számára kudarcosan végződött a Nemzetek Ligája. Az együttes kieső helyen fejezte be a küzdelmeket, így a férfiakhoz hasonlóan elbúcsúzott a B divíziótól, és a továbbiakban a C osztályban folytatja.

Hasonlóan kiesett Albánia, Fehéroroszország, Görögország és Szlovákia is, míg a feljutók Azerbajdzsán, Izrael, Koszovó, Málta és Törökország. Az A divíziótól ugyanakkor Portugália, Skócia, Svájc és Wales búcsúzott, és egyfeljebb feljebb lépett Csehország, Finnország, Lengyelország és Írország.

A Nemzetek Ligája négyes döntőjébe a négy csoportelső, Franciaország, Németország, Hollandia és Spanyolország jutott be. Az elődöntőben Franciaország 2-1-re legyőzte Németországot, míg Spanyolország 3-0-ra felülmúlta Hollandiát. A döntőt és kisdöntőt szerdán, lapzárta után játszották.

Belgium így a következő idényt is az A divízióban kezdi, a magyarok pedig a B-ben maradnak.

### Willi Orbán Fair Play-díjat kapott Németországban

A Német Sportújságíró Szövetség különdíjban részesítette Willi Orbánt, az RB Lipcse magyar válogatott futballistáját. A csapatkapitány a Fair Play kategóriában kapott elismerést azért, mert tavaly sejtendonként egy leukémiás beteg gyógyulásában segédkezett. A 42-szeres válogatott védő a kezelések miatt egy bajnoki rangadót is kihagyott. Akkor úgy fogalmazott, hogy egy emberélet esetleges megmentése mindenél fontosabb.

### Gazdagék továbbjutottak az észak-amerikai BL-ben

Gazdag Dániel csapata, a Philadelphia Union továbbjutott az észak-amerikai labdarúgó Bajnokok Ligájának keddi visszavágóján. A magyar válogatott támadó együttese 3-3-as döntetlent játszott a Costa Rica-i Saprissa ellen, így az idegenben elért 3-2-es győzelemmel bekerült a nyolcaddöntőbe. A hazaiak egyenlítő találatát a 94. percben születt, Gazdagot a 95. percben lecserélték. A magyar játékos az első meccsen két gólpasszt adott. A Philadelphiára a következő körben a mexikói Pachuca vár.

### Kleinheisler László megszerezte első gólját a Hajduk Splitben

Megszerezte első gólját Kleinheisler László a horvát Hajduk Split labdarúgócsapatában. A 29 éves középpályás kedden a Horvát Kupa negyeddöntőjében a Varasd elleni hazai összecsapás 61. percében csereként lépett pályára, három perccel később pedig betalált az 5-0-ra megnyert találkozón. A 47-szeres magyar válogatott futballista januárban a görög Panathinaikos csapatától szerződött kölcsönbe az idény végéig a horvát klubhoz.

## Európai focikörkép

\* *Angol Premier Liga, 26. forduló:* Bournemouth – Manchester City 0-1, Arsenal – Newcastle United 4-1, Aston Villa – Nottingham Forest 4-2, Brighton & Hove Albion – Everton 1-1, Crystal Palace – Burnley 3-0, Liverpool – Luton 4-1, Manchester United – Fulham 1-2, West Ham United – Brentford 4-2, Wolverhampton – Sheffield United 1-0. *Az élcsoport:* 1. Liverpool 60 pont, 2. Manchester City 59, 3. Arsenal 58.

\* *La Liga, 26. forduló:* Betis – Athletic Bilbao 3-1, Alavés – Mallorca 1-1, FC Barcelona – Getafe 4-0, Cádiz – Celta Vigo 2-2, Girona – Rayo Vallecano 3-0, Real Madrid – Sevilla 1-0, Real Sociedad – Villarreal 1-3, Almería – Atlético Madrid 2-2, Las Palmas – Osasuna 1-1. *Az élcsoport:* 1. Real Madrid 65 pont, 2. Girona 59, 3. FC Barcelona 57.

\* *Olasz Serie A, 21. forduló:* Torino – Lazio 0-2; 26. forduló: Bologna – Hellas Verona 2-0, Cagliari – Napoli 1-1, Fiorentina – Lazio 2-1, Genoa – Udinese 2-0, Juventus – Frosinone 3-2, Lecce – Inter 0-4, AC Milan – Atalanta 1-1, AS Roma – Torino 3-2, Salernitana – Monza 0-2, Sassuolo – Empoli 2-3. *Az élcsoport:* 1. Inter 66 pont, 25 mérkőzés, 2. Juventus 57, 3. AC Milan 53.

\* *Német Bundesliga, 23. forduló:* Bayern München – RB Lipcse 2-1, Augsburg – Freiburg 2-1, Eintracht Frankfurt – Wolfsburg 2-2, Bayer Leverkusen – Mainz 2-1, VfB Stuttgart – 1. FC Köln 1-1, Borussia Dortmund – Hoffenheim 2-3, Mönchengladbach – Bochum 5-2, Union Berlin – Heidenheim 2-2, Werder Bremen – Darmstadt 1-1. *Az élcsoport:* 1. Bayer Leverkusen 61 pont, 2. Bayern München 53, 3. VfB Stuttgart 47.

\* *Francia Ligue 1, 23. forduló:* Le Havre – Reims 1-2, Lorient – Nantes 0-1, Metz – Lyon 1-2, Toulouse – Lille 3-1, Olympique Marseille – Montpellier HSC 4-1, Paris St. Germain – Stade Rennes 1-1, Strasbourg – Brest 0-3, Lens – AS Monaco 2-3, Nice – Clermont 0-0. *Az élcsoport:* 1. Paris St. Germain 54 pont, 2. Brest 43, 3. AS Monaco 41.

## Elsőként a Diósgyőr jutott a nyolc közé a Magyar Kupában

A Diósgyőr hazai pályán 4-2-re legyőzte kedden a címvédő Zalaegerszeget a MOL Magyar Kupa első nyolcaddöntőjében.

A miskolci együttes tulajdonképpen az első félidőben eldöntötte a továbbjutás kérdését, mert a szünetig háromgólos előnyre tett szert. A folytatásban a kék-fehérek erejéből csak a szépítésre futotta, de esélyük nem volt az egyenlítésre.

„Elég határozatlanok voltunk az elején, könnyű gólokat ajándékoztunk az ellenfélnek, ami nagyon rányomta a bélyegét a meccsre. Bár nem játszottunk jól, nem voltunk szétszedeve. Próbáltunk változtatni, meg is voltak a lehetőségeink, de rosszul döntöttünk és rossz megoldásokat választottunk, a negye-

dik gól pedig végleg lezárta a meccset” – értékelte a címvédő búcsúját Márton Gábor vezetőedző az M4 Sport televízióknak.

A hazaiak kispadján Vladimir Radenkovic a második mérkőzését is megnyerte, miután múlt hétvégén a Fehérvár elleni 4-0-s bajnoki diadallal debütált. A ZTE viszont idén először kapott ki, mivel az NB I-ben négy sikerrel és egy döntetlennel kezdte a 2024-es esztendőt.

A Magyar Kupában ma a Szentlőrinc (NB III) – Nyíregyháza Spartacus FC (NB II) és Újpest FC – Paksi FC mérkőzést játsszák. Utóbbi találkozót 20 órai kezdettel élőben közvetíti az M4 Sport televízió.

### Eredményjelző

*MOL Magyar Kupa, nyolcaddöntő:* Diósgyőri VTK – Zalaegerszegi TE FC 4-2.

*Szuperliga, 28. forduló:* FC Universitatea 1948 Craiova – Jászvásári CSM Politehnica 1-1, Bukaresti Dinamo 1948 – Nagyszébeni Hermannstadt 1-0, Galaci Suporter Club Oțelul – Kolozsvári CFR 1907 2-2. *Az élcsoport:* 1. FCSB 58 pont/27 mérkőzés, 2. CFR 1907 49/28, 3. Bukaresti Rapid 48/27.

### Megvált edzőjétől az U 1948 Craiova

Menezstették a FC Universitatea 1948 Craiova edzőjét. A labdarúgó Szuperligában a 12. helyen álló alakulat szakvezetőjét, Giovanni Constantínót a Jászvásár elleni, keddi 1-1 után mentették fel tisztségéből. Az olasz tréner októberben érkezett a csapathoz, amely irányítása alatt hétszer nyert és nyolcszor kikapott az azóta játszott 18 mérkőzésen.



A diósgyőri Szabó Levente gólya a labdarúgó MOL Magyar Kupa nyolcaddöntőjében játszott Diósgyőri VTK – Zalaegerszegi TE FC meccsen

Fotó: MTI/Czeglédi Zsolt



## Figyelem!

2024. március 3-ig még megszabadulhatnak a régi bútoroktól, matracoktól, festményektől, állatketrecektől, játékoktól, ajtóktól, ablakoktól, tükröktől, szőnyegektől és ablakrácsoktól.



### \* Program:

február 29. – március 2.,  
Tudor lakónegyed

- Ferdinánd király utca, az utca bejáratánál, a Poklos-híd közelében;
- Ágacska utca, a parkolóban, a felfelé vezető úton;
- Merészség utca, a Diamant park közelében;
- Termékenység utca, az egykori kazánház közelében;
- Munka utca, a volt kazánház közelében;
- Jövő utca, a hulladékgyűjtő pontok közelében;
- Harmónia utca, a játszótérek közelében, a templom melletti parkolóban;
- Barátság utca, a volt kazánház közelében.

\* A helyszínek zónák és napok szerinti listája itt található: <https://t.ly/5yPmd>

A bel- és külkapcsolati osztály

## 31. Szent György Napok Sepsiszentgyörgyön

Kézművesvásárral és gyermekvárossal, ifjúsági bázzal és utcazene-fesztivállal, gazdag lacikonyha- és streetfoodkínálattal, tombolával és tűzijátékkal, összesen mintegy 150 programmal készülnek a szervezők a 31. Szent György Napokra, amire április 23. és 28. között kerül sor. A főszínpadon fellép a Csík zenekar és Connect-R. Az idén a hatnapos rendezvényt megelőzi egy nulladik nap, így gyakorlatilag hétfőtől vasárnapig tart a városünnep – hangzott el szerdán az Isabella Boutique Hotelben. A városünnep beharangozóján Antal Árpád-András polgármester, Vargha Fruzsina alpolgármester, valamint a Szent György Napok főszervezője, Knop Ildikó és szövegírója, Erdély András vett részt.

A polgármester közölte: a „bukaresti káoszhoz” képest, ahol azt sem lehet tudni, hogy mikor lesznek a választások, itt „kiszámítható az élet”, tudni lehet, hogy Szent György napja körül biztosan lesz városünnep.

– A város legnagyobb, legjelentősebb közösségi eseményére, mindannyiunk ünnepére készülünk. Az elmúlt harminc évben ez a találkozások ünnepe lett, az időpont bekerül nemcsak a városlakók, hanem a közelben élők naptárába is, és eszerint terveznek. Bízom benne, hogy az idén is mindenki nagyon fogja szeretni a városnapokat – mondta Antal Árpád.

Vargha Fruzsina kiemelte, az április 23-i, keddi ünnepi hangverseny elé beiktattak egy „nulladik napot”, hogy a kulturális hét eseményeit ne kelljen egymásra zsúfolni.

Az alpolgármester kifejtette: a The Base (Bázis) nevű ifjúsági udvarnak idén is a dohánygyár udvara ad otthont.

– Továbbra is helyet és fellépési lehetőséget biztosítunk a helyi zenekaroknak és dj-knek, akik március 18-ig jelentkezhetnek. Bővíteni szeretnénk a szervezőcsapatunkat, március 1-jéig várjuk azokat, akik részt vállalnának a munkában – mondta el Vargha Fruzsina.

Knop Ildikó megerősítette: a bevált struktúrán nem módosítanak, marad tehát a kulturális hét és a fesztiválhétfője, a hagyományoknak megfelelően lesz kézművesvásár és gyermekváros, streetfood és utcazene-fesztivál. A fiatalok bázisa a dohánygyár ud-

varán marad, a közösségi színpadot az 1956-os parkban állítják fel, és ismét megnyitja kapuit a kultúrkert a felújított Székely Nemzeti Múzeum udvarán.

– Azt gondolom, az igényes zene kedvelőinek öröme szolgál, hogy 4 év szünet után ismét lesz kultúrkert. A kézművesvásár elköltözik a városmagból a Kós Károly utcába, a Kriza János utca sarkától Szermerja felé, a volt cigarettagyárig – közölte a főszervező, és hozzátette: arra törekednek, hogy egyre „zöldebb” legyen a városünnep, a vásár területén például csak visszaváltható poharakban lehet italt felszolgálni.

Knop Ildikó két főszínpadi fellépőt is bejelentett. Április 27-én, szombaton Ștefan Relu Mihalache, alias Connect-R koncertezik. A román hiphop- és popzene egyik legjelentősebb képviselője a RACLA együttesrel debütált, majd sikeres szólókarriert futott be. A közösségi médiacsatornákon több millió követője van, a YouTube videómegosztón a reggae beütésű Varu nom dorm című slágerének nézettsége jóval meghaladja a 30 milliót.

Vasárnap este a Kossuth- és Fonogram-díjas, részben népzenei, részben népzenei elemeket is felhasználó könnyű- és világzenét játszó Csík zenekar lép fel a főszínpadon. Az együttes, amelyet 1988-ban Kecskeméten alapított Csík János, 2005-ig gyakorlatilag csak népzenei játszott, ezt követően kezdték el sajátos hangszereléssel feldolgozni más előadók és együttesek slágerait, olyannyira, hogy ezek közül több is legalább olyan népszerűvé vált, mint az eredeti. Az április 28-ai koncerten fellép a székely származású, James vagy Indián becenévre hallgató Karácsony János, az egykori Generál és Lokomotív GT gitárosa, így nem meglepő, hogy a repertoárban ezen együttesek dalai is előfordulnak majd.

A kulturális héten sor kerül a Tamási Áron Színház bemutató előadására, lesz bábszínház és fellép a Háromszék Táncegyüttes, de természetesen nem maradnak el az irodalmi programok, és lesz Fire Flow, valamint ArtBrunch is. A jegyek március elején lesznek elérhetők.

Elhangzott: toborozzák az önkéntes csapatot – a fiatalok március 10-ig jelentkezhetnek –, várják a programjavaslatokat a közösségi színpadra, ennek határideje március 22-e, és lehet már jelentkezni a kézművesvásárra is, határidő április 7-e.

A Szent György Napokat az idén is Sepsiszentgyörgy Polgármesteri Hivatala, a Kónya Ádám Művelődési Ház és a Jókainé Laborfalvi Róza Alapítvány szervezi.

További részleteket a bővülő programról az esemény honlapján: [www.szentgyorgynapok.ro](http://www.szentgyorgynapok.ro), Facebook-oldalán és az Instagramon lehet megtudni.



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

### MINDENFÉLE

**FAKIVÁGÁST**, fametszést, permetezést, ágelhordást, faültetést vállalunk. Tel. 0770-621-920. (21897)

**VÁLLALUNK**: tetőfedést, tetőkészítést, külső-belső szigetelést, meszelést, javítást, hidroizolációt kartonból, garázstető-készítést, vasmunkát stb. Tel. 0747-508-707, Mihály. (22257-1)

**HÁZTETŐT** készítünk cserépből vagy lemezből, szigetelünk kartonnal, poliészterrel, meszelünk, bentinkinti munkát, kisebb javítást stb. vállalunk. Tel. 0745-680-818, Csaba. (22258-1)

**VÁLLALUNK** bármilyen munkát: meszelést, festést, új tető készítését, bádógosmunkát, ács munkát, cserépmosást, kerítéskészítést lemezből, bármilyen kisebb javítást. Tel. 0742-344-119, Attila. (22260-1)

**VÁLLALUNK** bármilyen típusú tetőfedést, külső, belső munkát, szigetelést, terasz készítést fából. Tel. 0770-859-839. (22277-1)

### ELHALÁLOZÁS

Mély fájdalommal tudatjuk, hogy a szeretett

**DR. SZENTMÁRTONI KLÁRA** életének 82. évében folyó hó 26-án csendesen megpihent. Temetése 2024. március 1-jén, pénteken 13 órakor lesz a marosvásárhelyi református temetőben.

A gyászoló család. (22283-1)



Marosvásárhely 88.0

Segesvár 104.3

Szászrégen 94.7

Szováta 102.0



Spălătorie și detailing auto



autómosó és -kozmetika

– külső-belső tisztítás  
– kárpittisztítás, polírozás, viaszozás

Marosvásárhely  
Predeal u. 97 sz.

Telefon: 0265/223-902  
0740-393-060



Târgu Mureș  
Marosvásárhely

Lakótársulási elnökök  
és ügyintézők figyelmébe!

## Meghívó támogatási lehetőségről szóló tájékoztatóra

Tisztelt lakótársulási elnökök és ügyintézők, meghívjuk önöket az ÎntreVecini Egyesület által szervezett március 5-i rendezvényre, amelynek célja, hogy tájékoztassuk önöket arról a lehetőségről, hogy 15.000 euró támogatást kaphatnak 10 rendezvény szervezésére a fenntarthatóság témakörében, valamint nap-emes rendszer telepítésére.

A nyertes egyesület egy éven keresztül kap támogatást az ÎntreVecini csapatától, egyebek mellett a panelek telepítésében, a termelő-fogyasztó státusz megszerzésében, a fenntartható tevékenységek elősegítésében és a közösségszervezésben.

A rendezvény programja:

18:00–18:30 Üdvözlés és ismerkedés

18:30–18:35 Bevezetés – Anamaria Vodă, ÎntreVecini

18:35–18:40 Soós Zoltán polgármester beszéde

18:40–19:10 Az ÎntreVecini tömbházak számára nyújtott támogatásról – ÎntreVecini képviselője

19:10–19:40 Hogyan fejlesszük a lakóközösségeket? – az ÎntreVecini képviselője

19:40–20:10 Társalgás

Ne hagyja ki a lehetőséget, hogy fenntartható előnyöket biztosítson közösségének, és segítsen a környezete védelmében.

Kérjük, foglalja le helyét a rendezvényen a regisztrációs űrlap kitöltésével március 1-jén 15 óráig. A helyek száma korlátozott, a belépés szigorúan a részvételi űrlap alapján történik: <https://forms.gle/UCrKZLvL8m8rLgk8>

Helyszín a várbeli házasságkötő terem.

A bel- és külkapcsolati osztály

**DORA OPTICS**

**FEBRUÁRI KEDVEZMÉNY**

**20% KEDVEZMÉNY SZEMÜVEGKERETEKRE!**

**Cu noi vezi limpede!**  
WWW.DORAOPTICS.RO

- **DORA OPTICS KÓRHÁZ** Marosvásárhely, Str. Fabricii de Zahăr Nr. 18D., 0771 195 340
- **MEDGYES**, Str. Pompierilor, nr. 4., jud. Sibiu, 0735 830 678
- **MAROSVÁSÁRHELY**, P-ța Mărășești nr. 21. TEL: 0733 553 976
- **MAROSVÁSÁRHELY**, B-dul 1. Dec. 1918, Nr. 126. TEL: 0755 088 379
- **SEGESVÁR**, Str. Mihai Viteazu Nr. 40 TEL: 0770 810 855
- **TORDA**, Str. Mihai Viteazu Nr. 2, TEL: 0729 069 548
- **SZOVÁTA**, Str. Principală nr. 151 TEL: 0773 347 494
- **NYÁRÁDSZEREDA**, Str. Str. Pompierilor Nr.1. TEL: 0733 553 973
- **SZÁSZRÉGEN**, Str. Cardinal Alexandru Todea, Nr. 25/A TEL: 0728 908 856
- **SZÁSZRÉGEN**, B-dul Libertății, Nr. 12/2 TEL: 0733 553 971
- **LUDAS**, Str. 1 Dec. 1918, nr. 7 TEL: 0735 786 853
- **DICSŐSZENTMÁRTON**, Str. Victoriei Nr. 21 TEL: 0736 386 353

\*A kedvezmény a készlet erejéig érvényes a kijelölt szemüvegkeretekre.

**LAM, hiteles megoldások!**

**LAM**  
MICROCREDIT-MIKROHITEL

0720 030 804

**Újdonságok a Kobak könyvesboltokban:**

**Almási Kitti Elvarratlan szálak**

**Margaret Mazzantini ÚJJÁSZÜLETÉS**

Keresse fel kávézónkat a vásárhelyi könyvesboltban!

**Margaret Mazzantini Újjászületés**

Marosvásárhely, Győzelem tér 18.szám  
Szászrégen, Mihai Viteazu út 15.szám

MAROS MŰVÉSZETGYŰTTES ELŐADÓTERME

MÁRCIUS 04.  
19:00 óra

JEGYFOGLALÁS: 0757 059 594

**MÁTYÁS KIRÁLY ÁLRUHÁI**

EGYSZER VOLT BUDAÁN BUTYKAVÁSÁR / KOLOZSNÁRI BIRÓ / KAZIMIROVÓ JIHÁSZ  
MÉSEJÁTÉK • SPECIÁL PENTRU COPII  
— HÁROM MESE MÁTYÁSRÓL • TREI POVEȘTI DESPRE MATEI COKVIL

**Marosvásárhelyi Rádió Románia**

**96 FM**  
**106,8 FM**  
**1323 AM**

www.marosvasarhelyiradio.ro

## FONTOS TELEFONSZÁMOK

- |  |  |
|--|--|
| • Romtelecom-tudakozó – információ - 0766-121-234                                      | • Áramszolgáltató vállalat - 0800-500-929                                      |
| • Központosított ügyelet (Rendőrség, Tűzoltóság, SMURD, Csendőrség, Mentőállomás): 112 | - vidék - 0265/929   |
| • Rendőrség - 0265/202-305   | • Delgaz Grid - 0265/200-928   |
| • SMURD (betegekkel kapcsolatos információk) - 0265/210-110                            | - 0800/800 928   |
| • Sürgősségi szolgálat: - gyermekeknek - 0265/210-177                                  | • Aquaserv: - hideg víz-csatorna - 0265/215-702                                |
| Marosvásárhelyi Polgármesteri Hivatal - 0265/268-330                                   | - közönségszolgálat - 0265/208-888   |
| GYULAFEHÉRVÁRI CARITAS, otthonápoló szolgálat, 8-16 óra között: - 0736-883-110         | - központ - 0265/208-800   |
| • Optika-Optofarm - 0265/212-304   | - 08008-208-888  |
| - 0265/312 436   | • Fogasztóvédelmi hivatal - 0265/254-625                                       |
| - 0265/250-120   | • Vasútállomás - 0265/236-284  |
| - 0265/263 351   | • Vili Kft.: temetkezés, segélyintézés (0-24 óra), professzionális balzsamozás |
| • Optolens szemsebészet - 0265/263-351   | Nemzetközi halottszállítás - 0265/215-119                                      |
| • Dora Optics - 0733-553-976   | - 0744-282-710   |
| • Dora Medicals - 0265/212-971   | • Alkony Kft. temetkezés (24 ó.) - 0265/263-865                                |
| • Radiológia, echográfia Dr. Jeremiás István - 0265/222- 446                           | koporsók, kellékek, - 0745-606-215   |
| • Emma vendéglő, hidegtálak készítése - 0365/404-664                                   | koszorúk - 0745-606-269  |
| • Prefektúra - 0265/266-801  | és halottszállítás - 0758-047-604  |
| • RDS-RCS - 0365/400-401   | • Maros megyei RMDSZ - 0265/264-442  |
| - 0365/400-404   | - 0265/262-907   |
- Méltányos reklámdíj fejében állandó szereplője lehet a FONTOS TELEFONSZÁMOK rovatnak.**
- Várjuk jelentkezését a 0265/268 854-es telefonon.**