

DERŰS ÉVEK

III. ÉVFOLYAM. 1. szám február. 10.

ONLINE MAGAZIN

Február 10-TŐL:



DIVAT



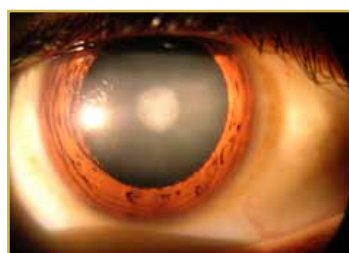
SZÍNHÁZ



RECEPT



PORTRÉ



EGÉSZSÉG A SZÜRKE HÁLYOG

12

RECEPT VANÍLIÁS TEJSZÍVEK

11



PORTRÉ

3

ÉLETMÓD

6

ALVÁS

7

DIVAT

10

SZÍNHÁZ

13

Impreszum:

Kiadja:

Dr. Poligon Kft.

Kiadó-főszerkesztő:

Murányi Péter

Stúdió és Design:

VIOLENZA-ART (Varga Zoltán)

Szerkesztőségi cím:

1134 Budapest, Dózsa György út 144.

Telefon: +36 239-8377, www.derusevek.hue-mail: derusevek@t-online.hu

Szeretné rendszeresen megkapni a magazint?

Hírlevélre való feliratkozáshoz kattikljen ide!

Ülők



egy soproni étterem kertjében és várok az ebédre. Nem voltunk sokan, a mellettem lévő asztalnál felfigyeltem három idősebb hölgyre. Elég hangosan beszélgették, így akaratomon kívül is hallottam őket. Szó esett villanyszámláról, a szegény meghalt férjekről, a gyógyszerekről és még sok egyébről.

Nem is ez az érdekes, mondhatnám ez természetes. Hanem, hogy a beszélgetést sűrűn megszakították a mobil telefonok csengései.

A hatvan feletti hölgyek tányérjai mellett – mint az üzletembereknek – ott voltak a készülékek. Hívták őket a gyerekeik és az unokák.

Megbeszélték a legfontosabb családi ügyeket. Fogadtak sms-eket és bizony volt akiknek ők is sms-ben válaszoltak.

Mai nagykik, akik 25 évvel ezelőtt még esetleg éveket vártak vonalas telefonra, ma a húsleves és a somló galuska között egy

NYÍLIK A PAGODA ELEKTROMOS
 ÜVEGAJTÁJA ÉS MEGÁLL
 ELŐTTEM SZEPESI GYÖRGY
 - BÁR AZ ELSŐ RÁDIÓS
 MEGSZÓLALÁSA ÓTA ELTELT
 NÉHÁNY ÉVTIZED ÉS ALAPOSAN
 MEGVÁLTOZOTT A VILÁG, Ő
 SEMMIT NEM VÁLTOZOTT. A RÉGI,
 BELÉIVÓDOTT FEGYELEMME
 PONTOSAN ÉRKEZIK, MINTHA
 CSAK ADÁSBA JÖNNÉ, NOHA
 MÁR IGAZÁN MEGENGEDHETNÉ,
 HOGY LAZÍTSON, MONDHATTA
 VOLNA, TALÁLKOZZUNK NEKI KÉ-
 NYELMESEBB HELYEN, MENJEK
 ÉN UTÁNA, HA MÁR RIPIORTOT
 AKAROK. DE Ő NEM VÉLETLENÜL
 LEGENDA— LEGENDÁS A MUNKA-
 KÉPESÉGE, A TŰRELME, AZ
 EMBERSZERETETE, ÉS A RÁDIÓ
 IRÁNTI ÖRÖK SZERELME!



Jönnek a csehek...



Szinte hihetetlen, hogy 1922-ben született és ma is még mindennap sportol. Legjobban úszni szeret, az uszodában lehet találkozni a régi sporttársakkal /persze legtöbbet gyufáért szalajthatná/, lehet két hossz között egy jót beszélgetni...

Most nekem mesél, szemét huncutkásan összehúzza, a régi tűzzel, mert ma is kíváncsi, lelkes és nagy mesélő!

Nem véletlenül lett fogalom, ahogy a hőskorban még jóval a televízió megjelenése előtt láttatta a meccseket, később is sokszor vettük le a hangot a TV-ről és hallgattuk inkább őt.

Most nekem mesél regénybe illő életéről.

Már 10 évesen a foci érdekelte, Angyalföld és Újpest határában rúgta a port, melyik fiú ne szeretett volna világhírű futballista lenni akkoriban-de ő hamar rájött, jobban érdekli a közvetítés, a pálya széléről, mint közepes játékosként örök elégedetlennek lenni. Felismerte 10-12 évesen merre felé induljon. Egy kamasztól, valjuki be már ez is szép teljesítmény. Nagyon is jól tette, hogy váltott, döntését igazolta a múlt, hiszen legendás közvetítéseivel szurkolók millióinak szerzett életre szóló élményt.

Egyedi stílusa, lelkesedése kiemelték a többiek közül, mindenhol jelen volt ahol magyar sportsikerek születtek. Ma sem tudná elképzelni, hogy csupán pénzkereseti lehetőségnek tekintse a sportriporter munkát. Ehhez igazi elkötelezettség kell, hivatástudat nélkül nincs értelme - mondja szelíd mosollyal.

Az első rádiós megszólalása, úgynevezett próbafelvétel - mikrofonnal a kezében a Szentkirályi és Rákóczi út sarkán állva „tudósítania” kellett az utcán látottakról, a május 1-i próbaadásban már szerepelt. Az első igazi megmérettetés '46 januárjában egy teniszeremény közvetítése. Ezután már jöttek sorban az izgalmasabbnál izgalmasabb kihívások, az első külföldi tudósítás Belgrádból... Mindenre pontosan emlékszem, mintha ma lett volna.

Képzelve mekkora megtiszteltetés volt, hogy Németh László egykori szobája a 118-as volt az enyém - mutat a Bródy Sándor utcai épület második emeletére.

Minden elismerést és díjat megkapott, amit csak ember megkaphatott ebben a szakmában. Kezdvé a Gerevich díjtól a Magyar Köztársasági Érdemrend középkeresztjéig. A sors kegyéből jó barátjának mondhatta Puskás Öcsit, sokszor szoríthatta meg Gyarmati Dezső legendás balkeztét. Ő volt a híres 12. játékos az aranycsapat angol-magyar mérkőzésén, lelkesítő, szívből fakadó mondatai hozzájárultak minden idők legemlékezetesebb sikeréhez.

Mindig közel állt a csapathoz, győzelemkor együtt ünnepeltek, vesztes mérkőzés után pedig együtt sírtak-mondja.

Aligha tudnám felsorolni hány nevezetes sikert közvetített, az első '48-as olimpiáról Papp Laci győzelmét. Szőke Kató úszóbravúráját Helsinkiből, a tokiói olimpián a vízilabdások diadalát, '



Hetente egyszer megírom jegyzetemet és remélem, még tudok lényegeset mondani a hazai sportéletről. Tudja engem ez éltet!

Meséljen egy kicsit a magánéletéről?

'48-ban nősültem, azóta élünk együtt Pirivel, fiam János orvos lett, bár már kisgyerekként jött velem a meccsre. Nem fertőzte meg a média, őt mindig a gyógyítás érdekelte. Soha nem akartuk befolyásolni a pályaválasztásában, persze a rendszeres sportolás része az életének.

Ma már kevesebbet járok társaságba, otthon zenét hallgatok, legszívesebben Sinatrát és Fényes Szabolcsot, bár újabban felfedeztem magamnak Bartókot is. Soha nem késő –szótkák mondani. Színházba a hallásom romlása miatt már nem járok. Igazi társam a RÁDIÓ.

Tudomásul veszem, hogy eljárt az idő felettem, és az élet egyre több nehézséget tartogat, de a lelkem mélyén még ma is 20 évesnek érzem magam. Ettől könnyebb elviselni a fizikai öregedést.

Most jön egy nehéz szakasz az életemben, mert elhatároztam, hogy jövőre végleg leteszem a mikrofont, amit '98-ban megírtam a Búcsú a mikrofontól c. könyvemben valójában most fog bekövetkezni.

Ilyenkor nehéz megszólalni, az ember torka összeáll szorul, de ő ebben is kisegít: na most kérek egy puszit, mert indulok a jegyzetemet felolvasni.

Auth Magda

FREZYDERM pH7 Intim mosakodó hab



**EGÉSZSÉGPÉNZTÁRRÁ
IS MEGVÁSÁROLHATÓ!**

- ✓ különlegesen kifejlesztett lágy hab tinédzserkor előtt és klimax után
- ✓ bőnyugtató és gyulladás-csökkentő hatású
- ✓ segít megőrizni az intim terület pH értékét

Kérje gyógyszerésztől az „1-et fizet, második FÉLÁRON”

Frezyderm pH7 vagy pH4 Intim csomagot!



pH4 Intim mosakodó hab

- ✓ tisztít és ápol termékeny korban, terhesség és szoptatás idején is
- ✓ megvédi a gyulladásoktól és a baktériumoktól
- ✓ használata javasolt hüvelygyulladás, hüvelygombásodás, hüvelyszárazság és bűz esetén



**EGÉSZSÉGPÉNZTÁRRÁ
IS MEGVÁSÁROLHATÓ!**

Keresse a patikákban!

FREZYDERM Intim Segítség gél

**Keresse akciós
kuponjainkat!**





Ötven felett lehúzzhatjuk a rolót?

Mennyit ér egy ötvenes nő? Számít-e, hogy mit szeret, illetve mire költené a pénzét - a fogsorragasztókon, az inkontinencia betéteken és a folyékony mosóporon túl? És egyáltalán: emberek-e még az ötvenesek?

Ötven felett a nőknél rengeteg változás történik: kirepülnek a gyerekek, eljön a klimax és a csontritkulás. Ugyanakkor kapnak egy második esélyt az önmegvalósításra, a kiteljesedésre, mindarra, amire eddig a gyerekek miatt nem volt idő. Csodás változás és újabb energiák kerülnek felszínre – a társadalom valamiért mégis leírja ezt a korosztályt. Alaptalanul.

Arról nem is beszélve, hogy egy ötvenes ember fizikálisan és szellemileg is ereje teljében van.

Sokan már előre rettegnek, mi lesz, ha eléri ezt a kort. Mert bár szépnek ígérkezik, nem lehet figyelmen kívül hagyni a hátrányokat sem: a kirekesztettség és a mellőzöttség érzését. Mert egyre inkább úgy tűnik, bármennyire is sokan vannak az ötven felettiek – 3,6 millió ember tartozik ebbe a korosztályba –, mégis olyan, mintha nem is léteznének.

Egy ötvenes nő „csak úgy” van? Nem kell neki dolgoznia? A reklámok szerint ugyanis csak mos, vagy a mosógépszerelőt várja... Nem kell neki öltöznie? Jó lesz a németes napsárga blúz, szoknyával – a hirdetések szerint legalábbis... Nem szeret enni, és inkább csak mosogat? Nem jár sehova, de fáj a dereka? Folytathatnánk...

A marketing vizsgálatoknál sem számolnak ezzel a korosztállyal – 49 évnél meghúzzák a határt, lehúzzák a rolót, nem szólítják meg őket a hirdetésekkel, a fogsorragasztón és az inkontinencia betétten kívül nincs olyan termék, amit kifejezetten nekik ajánlanak – pedig ezzel a hozzáállással jelentős anyagi tőkével rendelkező, fizetőképes réteget veszítenek el.

Az ötvenesek ugyanis vásárolnak, vesznek autót, tévét és ásványvizet – és a jövőben is fognak. Feltéve, hogy megmarad az állásuk. Mert sokan ebben a szép és sokat megélt korban veszítik el az állásukat, és sokszor olyan munkával kell a betevőre való

megkeresniük, mint amilyen például a takarítás. A statisztikai adatok szerint 2030-ig az 50 év feletti lakosság száma 600 ezerrel, 4,2 millióra nő, ezzel párhuzamosan a 18–49 éveseké közel 800 ezres esést követően 3,7 millióra csökken, azaz kisebbségbe kerül a kereskedelmi célcsoport.

Butaság azt gondolni, hogy az ötvenes nőket nem érdekli a divat, nekik már nem kell, és ők nem is akarnak lépést tartani a divattal. A legtöbbjük szeret csinosan öltözni, és az ehhez szükséges anyagi forrás is rendelkezésükre áll.

Hasonló a helyzet a kereskedelmi televíziók műsoraival is – akik igazodnak a bűvös 18-49 év közöttiek –, nem gondolnak arra, hogy a sok bugyuta, nézőhülyítő műsoron kívül valami értelmeset is sugározzanak még „emberi” időben. Pedig lássuk be, egyáltalán nem nevezhető kis célcsoportnak a majd’ 4 millió ember.

A KSH adatai szerint 2007-ben 322 milliárd forintot költött a

„Az ágyam hívogat”

Nem véletlen, hogy sok szempontot szem előtt tartva választjuk ki éjszakai nyugvóhelyünket, legalábbis, aki teheti. Hiszen életünk egyharmadát – hol egyedül, hol párosan – benne töltjük akkor is, ha egészségesek vagyunk. Hát még, ha valamilyen betegség ágynak dönt...

Ez az utóbbi szövegrészt is azt juttatja eszünkbe, hogy a közmondások között, a szólások soraiban egyaránt találunk olyat, amely éppen a fekvőhelyünkkel foglalkozik. „Ki, mint veti ágyát, úgy alussza álmát” – mondja az egyik, amely igaz szó szerint és átvitt értelemben is. Elváltak „ágytól, asztaltól” ez az életközösség megszűnését jelezte. Régen azokat az embereket, akiknek még albérlésre sem tellett, csak éppen egy ágyért tudtak fizetni, ágyrajáróknak nevezték. A kerti veteményesben is ágyasokat képeztek a magoknak, hogy abban keljenek ki. Azután van melegágy, amelyben védett körülmények között fejlődik a növény. Finom ital az ágyaspálinka, itt az üvegben, vagy a hordóban gyümölcságyra öntik a pálinkát, hogy még intenzívebben átjárja annak az íze. A szülés után falun a gyermekágyas menyecskének a barátnék vitték a tápláló ételeket. A folyó medrét a víz ágyának is nevezik.

Hihetetlen, de az ágy a legelső bútor, amit az ember használt, több évezrede szolgálja kényelmünket. Persze közben alaposan megváltozott, egyre kényelmesebb lett. Átalakult a külseje is, az egyiptomi kultúrában gyönyörű díszített ébenfa ágyakat használtak a fáraók, így Tutankhamon is, akinek aranylemezekkel

ékesített, oroszlántalpon nyugvó fekhelyét megtalálták a kutatók. A görögöknél magasított fejtámla, sőt néha lábtámla is járult hozzá. A római ágyak kényelméről Attila hun király választása tanúskodik, a korabeli krónikák szerint ilyenben aludt. Ezen már párnák, állatbőrök és színpompás selymek szolgálnak a kényelemet, elefántcsont, gyöngyház és arany berakás bizonyítja a gazdagságot. Ismerték a nászágyat, az alacsonyabb betegágyat és a halott diszágyát, sőt az ebédlő ágyat, amelyen félig fekvé étkeztek a hatalmas lakomákon. Nosztalgiával gondolunk a gótika szülőtte baldachinos ágyra, igaz a rossznyelvek szerint a mennyezeten mászkáló bogaraktól, poloskáktól védte az alvót az építmény teteje. Franciaországban a királyok hálószobája és ágya pompázatos ceremóniák színhelye, a fekvőhely díszesebb, mint a trónus. Madame Recamier nevéhez kapcsolódik az általa kedvelt fekvőhelyforma, a rekamié, amelyen a csodás szépségű hölgy udvarlóit fogadta. A neobarokk díszítettség, a közelmúlt koloniál oszlopoi nemcsak a külsőt változtatták, az epedrugók váltották az egykori lószőr matracokat.

Hol tartunk most? Nem baj, ha látványnak is szép a fekvőhely, de a legfontosabb a kényelmes volta. Legyen praktikus, könnyen tisztán tartható és megfizethető. Aki olyan szerencsés, hogy külön hálószobája van, tudja, micsoda öröm az, hogy reggelente nem kell gyorsan beágyazni, összecsucni a szerkezetet, este pedig kezdeni előről a műveletet. Ma már a rugók, a különleges szivacs-, vagy éppen természetes alapanyagok, a gerínkövető kik

Tartsunk-e kutyát?



Nagyon sokan választanak társként négy lábút, legyen az cica, vagy kutya. Sok időseknek a magány elleni legjobb orvosság a négy lábú társ. Aktivizálja őket, és mindennapi feladatot jelent, persze az is meggondolandó van-e az idős személynek elég ereje mindehhez, nemegyszer pénze, hiszen a tápszerek, az oltások jelentős költséggel bírnak.

Nagyon sok olyan idős embert ismerünk, aki inkább önmagától vonja meg a falatot, de leghűségesebb társának, a négy lábúnak mindent biztosít.

Nagy döntés, hogy vegyünk-e, vagy ne vegyünk egy kisállatot. S különösképpen, tartsuk-e lakásba őket.

Most 5 kérdésben foglaljuk össze, amit a leendő kutyatartók figyelmébe ajánlunk.

A leendő kutyatartók sokszor nincsenek is tisztában azzal, hogy mekkora feladatot vállalnak magukra. Ez a megállapítás leginkább az "első kutyások", illetve az elavult állattartási kultúrával rendelkező területeken élő leendő gazdik esetében helytálló. Vidéken, kisebb falvakban még egész mások a kutyatartási szokások, hiszen sokan nem ismerik sem az állatvédelmi törvényt és a büntető törvénykönyv ide vonatkozó előírásait, sem az etológiai kutatások eredményeit.

Vegyünk sorra 5 olyan kérdést, amelyre kökeményen őszinte választ kell adjon önmagának minden leendő kutyatartó. A kérdéskör alapvetően nem túl bonyolult, egyszerűen tisztázni kell, hogy készen állunk-e egy kutyáról gondoskodni annak egész élete során.



1. Lesz-e elég türelmünk, időnk a kutyára?

Akár felnőtt, akár kölyökkutyát vennénk magunkhoz, kedvencünknek pár hét szükséges ahhoz, hogy megszokja az új helyét és gazdáját. Ezalatt kellő figyelem hiányában elcsavaroghat. Sokan nem is gondolják, hogy a kerítés megléte és épsége alapvető feltétel a kutyatartáshoz. Kölyökkutya esetében időt

kell szakítani arra is, hogy a kutyát megtanítsuk a helyes viselkedésre, és megfelelően szocializáljuk. Le kell tudni szoktatni például a rágcslálásra, vagy szobatisztaságra nevelni. Ehhez sok időre van szükség. Első kutyás gazdinak nem is ajánlatos kölyköt magához vennie. Bármily furcsa, egy gyakorlatlan kutyatartót sokszor saját felnőtt kutyája tanítja meg a kutyatartásra. Persze, ehhez figyelni kell a kutya jelzéseire is. Az igazán jó gazda rendszeresen kutyaiskolába is jár kutyájával, vagy az ott tanultakat rendszeresen gyakoroltatja.

2. Mennyi időre tudjuk az életünket tervezni előre?

Leendő kutyatartóként, mostani döntésünkkel kutyánk élete végéig vállalunk felelősséget érte. Róla akkor is gondoskodnunk kell, ha elutazunk, elköltözzünk, esetleg más probléma merül fel. Sokan nem is gondolják át, hogy ez a döntés 10-15, vagy még több évre szóló elkötelezettség. Ezért sem helyes például gyerekek venni kutyát abban az esetben, ha a szülők egyébként nem rajonganak a kutyák közelségéhez. A kutya még akkor is a család kötelékébe fog tartozni, ha a gyerek már önálló életet kezd, vagy csak éppen egy másik városban tanul.

3. Úrrá tudunk-e lenni a kutya vadászó hajlamán?

Ez főleg kertés házaknál lehet probléma. A kutya ösztönénél fogva kergeti azt, ami szalad, menekül "előle". Előre kell gondolni a háznál lakó macskára, nevelt baromfira. Türellemmel meg lehet tanítani a kutyának, hogy a portán, vagy a szomszédoknál élő többi állat tabu, de ez nem megy gyorsan, és még kölyökkutya tanítása esetén sem mindig sikerül maradéktalanul. Át kell gondolnunk, hogy szükség esetén megfelelően el tudjuk-e különíteni az állatainkat.

4. Tudjuk-e vállalni az ivartalanítás, gyógykezelés, oltások költségeit?

Ha a leendő kutyatartók alaposan átgondolják ezeket a kérdéseket, és bevállalják a kutyatartást, biztosak lehetünk abban, hogy jó gazdái lesznek kutyáiknak, és az esetleges vállalt kellemetlenségek bőven kárpótolják őket kutyájuk szeretete, hálája, odaadása.

Abban az esetben, ha a kiválasztott kutyust már meglévő kutyusa mellé visszük haza, akkor az könnyen nem várt gondot okozhat. Azonos neműeknek rivalizálást, míg külön neműeknek nem kívánt szaporulatot. Gyakorlati tapasztalat, hogy kertés házakban, az ivarzási időszak

Divatosan

Régen egy 50 éves nő idős néninek számított, ma farmerszoknyában jár, kis fehér H&M pólóban, magas sarkú cipőben, a haját mellíroztatja, a száját rúzsozza, imádja a parfümöket és a huszonéveseknek szóló magazinokat bújja. Nem beszélve az arckrémek fürdőszobabéli arzenáljáról...

Jó, mindez nem mindenre jellemző, főleg falvakban nem, ahol még mindig gyakori, hogy az 50-en felüli nők uniformisa az ősz, dauerolt haj és a nylonotthonka, ünneplőre meg a jersey kosztüm.

Új népviselet ez, amely ellen nincs mit tenni – másképp talán (?) megszólná a falu kis közössége az ott élő.

A városi nők helyzete más. Itt legfeljebb magát teszi nevetségessé az, aki nem veszi észre az idő múlását.

Mert a titok nyitja, hogy követni kell a divatot, de óvatosan: nem ríktó színek, a „haski” póló örökre elfelejtve,

Nem túlzásba vitt szolárium, el kell csomagolni a nosztalgikus mini szoknyát, a túlságosan dekoltált pólót, még akkor is ha gyönyörű a dekoltázs, ez ugyanis túl feltűnő.

A sok flitter, bizsu szintén kerülendő.

Amit viszont szabad: pasztellszínek, nem túl feltűnő, szabás, de divatos részletek, jó minőségű ruhák,

Finom parfüm, a divat szolid követése. Mindig az alkathoz és az alkalomhoz kell öltözni.

Mindenkinek van olyan ismerőse, akinek hiába engedné meg az alakja, már nevetséges a lyukacsos bőr nadrágban,

A tulipiros hajjal, a túl sok arannyal, a nagyon feltűnően kivágott estélyivel.

Ma az ötvenen felüliek ugyanúgy kiválóan fel tudnak öltözni a magyar üzletekben, mint a húsz évesek.

A butikokban viszonylag olcsón lehet bukkanni egyszínű pólókra, amelyeket jó szabású blézerekkel, szoknyákkal, nem köldökig érő divatbizsuval, bőrtáskával bármely alkalomra fel lehet venni.

Akinek jól áll a nadrág, az egy jó szabású nadrágkosztümöt is hordhat, szép sállal, pólóval.

A blúz maradjon inkább ünnepi viseletnek és csak azok számára, akik vékonyak, mert a nadrágba be kell tűrni.

Az ünnepi viselet persze más kérdés: egy operai előadás, a bál, az estély, az örömanya ruha, egy kitüntetés átvétele olyan alkalom, amelyet így is meg kell becsülni.

A minap voltam egy valaha nagyon kedvelt táncdalénekesnő kitüntetésén a Parlamentben, aki példaszerűen öltözködött:



A



GASZTRONÓMIA



Vaníliás rántott tejszívek

Hozzávalók 4 főre:

Tejbegrízhez:
 1 l tej
 10 evőkanál búzadara
 3 evőkanál vaníliás pudingpor
 2 evőkanál cukor
 1 csomag vaníliás cukor
 1 csipet só



Édes panírhoz:

kevés liszt
 2 tojás
 1 csomag vaníliás cukor
 1 citrom reszelt héja
 zsemlemorzsa

Sütéshez:

olaj

Tálaláshoz:

vaníliás porcukor
 lekvár v. méz

Elkészítés:

A tejbegrízhez a tejet felforralom. Egy tálban elkeverem a búzadarát, vaníliapudingport, cukrot, a vaníliás cukrot, a sót. Állandó keverés mellett lassan a tejbe szórom. Amikor kellően besűrűsödött leveszem a tűzről.

Egy éjszakára hűtőbe teszem.

Szív alakú téstakiszűrőbe nyomkodom a hideg tejbegrízt. Óvatosan kitolom belőle az így készült tejszívet. Megforgatom a lisztben. A tojásokhoz hozzáadom a vaníliás cukrot és a reszelt citromhéjat, villával felterem. Megforgatom a szíveket a vaníliás tojásban.

Végül a zsemlemorzsaiban. Bő, forró olajban pirosra sütöm.

Meghintem vaníliás porcukorral.

Ízlés szerint lekvárral vagy mézzel kínáljuk

Ne félj a szürke hályogtól

A szürke hályog általában az időskorúak betegsége, 60 éves kor felett a gyakorisága ugrásszerűen növekszik. Nem kell tőle megijedni, ma már ragyogóan, egynapos műtéttel gyógyítható.

Mi is a szürke hályog, azaz latinul cataracta?

A fő tünet, a lassú, fájdalommentes látásvesztés. A látásélesség csökken, a fényérzékenység nő, mivel a szemlencsében homályok alakulnak ki. Mintha a beteg ködön át, vagy koszos szemüvegen keresztül nézne. Időnként kettős látás alakul ki. A szem sötét-világos adaptációja lelassul, a térlátás romlik.

Van rá példa, hogy rövid ideig önmagától javulást érez a beteg, de ez azonban nem tart sokáig, mert a látás újra romlani kezd, először a távoli, majd a közeli tartományban is.

Az időskori szürke hályogok 50%-a kezdődik így.

A szürke hályog kialakulásának pontos oka, jelenleg nem tisztázott, bármi okozhatja, ami szem, vagy a szemlencse sérülésével, károsodásával jár.

Azokban a szakmákban, amikben forró anyagokkal kell dolgozni a szürke hályog szakmai ártalomnak számít.

A veseszületett szürke hályog ritka, az esetek kevesebb, mint 1%-ban fordul elő. Afrikában azonban, az éhezés miatt sok gyerek érintett.

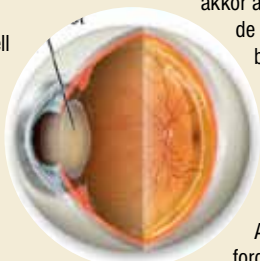
Napjainkban nem a Mikszáth-i novellában szereplő Strázsa János kovácsmester (hályogkovács) bűtykös kezeivel szabadít meg betegsüinktől, hanem modern mikro sebészeti technikával, lézeres eljárással történik a szürke hályog eltávolítása, amelyet műlencse beépítésével



kombinálnak. A műtétet rendszerint helyi érzéstelenítéssel végzik. Az injekciót a szemgolyó közvetlen közelébe, vagy mögé adják, ez nem csak érzéstelenít, hanem a szemmozgató izmokat is lebénítja, ehhez jön még a szemcseppel történő kiegészítő érzéstelenítés is. Altatásos műtétet ritkán végeznek. Ha mindkét szemet műtik, akkor a két szem műtete között rendszerint négy hetet, de legalább annyit várnak, hogy az első műtött szem begyógyuljon.

A műtét után antibiotikumokat és gyulladás-csökkentőket adagolnak szemcsepp formájában, hogy megelőzzék a fertőzéseket. Néhány napig arra is vigyázni kell, hogy ne kerüljön víz a műtött szembe és kerülni kell a műtött szem dörzsölését.

A műtét ma már „rutinnak” számít, ritka esetben fordul elő komplikáció, ha igen, akkor ez legtöbbször fertőzés, vagy az üvegtest előreesése.



A DERŰS ÉVEK olvasóinak

Kedvezményes lehetőséget biztosítunk a Spinoza Ház
2011. február 16-i
Hej, Salamon Béla előadására

Ha én egyszer ...

Miért Salamon Béla? – kérdik sokan, mikor meghallják, hogy róla készült egy színdarab.

A legkézenfekvőbb válasz, hogy nemrég ünnepeltük születésének 125. évfordulóját.

A másik, hogy a magyar kabaré -, pontosabban kabaré műfaját megteremtő színészek egyik legnagyobb alakja volt, mégis méltatlanul keveset beszélünk róla.

A harmadik ok, s talán ez a legfontosabb, hogy életén keresztül egy olyan korszakot tudunk bemutatni, amelyben a kisember, a pesti kisember hosszú évtizedeken keresztül derült a másik pestin, aki soha sem változott, csak a kor változott meg körülötte, többször is.

Egyetlen arca volt és álarcok helyett is ezt öltötte fel estéről, estére, ez ő maga volt, aki nagy adományozóként jókedvre derített olyan korban is - amikor lehetett -, amelyekben nem éppen a derű volt a meghatározó hangulat.

Azt mondta: „egyszerű embereket szeretek játszani, akiket az élet furcsa helyzetekbe sodor. Mert a születés és a halál között nemcsak tragédiák történnek az egyszerű emberekkel, hanem furcsa és bizarr esetek is.”

Ezekre most nem térek ki.

Tudta, hogy ha egyszer kinyitja a száját, ha egyszer elkezd beszélni, akkor oda figyelnek rá.

Úgy gondolom, hogy életének napjainkban is számos tanulsága van, amely Székelyi József ragyogó alakításában még erősebb.

Ezért Salamon Béla.

Murányi Péter



Az első 50 jelentkezőnek a jegy ára 1500 Ft.

Jelentkezés: február 15-én 16 óráig
Címünk: 1074 Budapest, Dob u. 15.
Tel/Fax: (1) 413 7488
email: spinozahaz@spinozahaz.hu





Botero Budapest

Botero munkáit kerekded, buja formák, jellegzetesen egyszerű, ám mégis kifejező alakok uralják. Az ősszel nyílt kiállításon közel hatvan műtárgyat, zömében olajfestményeket, láthatnak az érdeklődők - a latin-amerikai élet helyszínei és eseményei elevenednek meg a tárlaton.

Kerekded és buja formák, jellegzetesen egyszerű, ám mégis kifejező alakok, emberek, állatok és tárgyak uralják a kolumbiai születésű művész, Fernando Botero műveit. A színpompás, sokszor fényárban úszó alkotások nyelvezete mindenki számára érthető, egyúttal utazásra hív a távolinak tűnő, ám valójában közelinek ható latin-amerikai valóságba. A művek kulcsa az univerzalitás: a mester úgy fogalmazza meg a külvilágról és annak egy-egy jelenségéről alkotott elképzelését, hogy azt a legalapvetőbb gesztusokon keresztül mutatja be. Eme termékeny művész a kortárs művészet egyik meghatározó alakja, akinek műveit többek közt japán, orosz, német, finn, olasz, izraeli, kolumbiai és egyesült államok-béli közgyűjtemények őrzik, 2010.



szeptember 30. és 2011. február 20. között a Szépművészeti Múzeumban is kiállítja az utóbbi húsz évének legkiválóbb alkotásaiból összeválogatott tárlatát.

A kiállításon bemutatásra kerülő közel hatvan, javarészt nagyformátumú olajfestmény és szobor bepillantást enged abba a sajátos világba, amely egyfelől az antik görög-latin tradícióból táplálkozva egyfajta monumentalitásra és időtlenségre törekszik, másfelől megmutatja azt, hogy a művész miképpen merít ihletet és fejezi ki tiszteletét a klasszikusnak számító európai mesterek előtt, valamint elkalauzolja a látogatókat Latin-Amerika élettől duzzadó, színpompás vidékeire is.

A festmények témájuk alapján több csoportba oszthatók: csendéletek, parafrázisok, a latin-amerikai élet helyszínei, eseményei: hétköznapi utcák, színes házak, cirkusz, bikaviadalok arénái. A kiállítás rendezése mégis szakít a kizárólag tematika köré épülő koncepcióval, és a kolumbiai mester festészetének előképeire is fókuszál fog.

Botero festészetének sajátossága, hogy ötvözi és újraértelmezi az őt ért megannyi művészeti hatást, miközben gyakorta visszatér az akadémiai stúdiumokban megszokott másolatokhoz és csendéletekhez.

A tárlat több céllal rendelkezik: egyrészt bemutatja a latin-amerikai festészet egyik híressé vált képviselőjének legújabb munkáit, miközben felhívja a figyelmet azok szellemi és képi előzményeire, másrészt betekintést enged a modern latin-amerikai művészetbe.



2010. szeptember 3

Hatodszor is nagymama

Kezdehetném úgy is, másnap, Julcsi születése után leszólitottak a pasik.

Teljesen különbözőformáknak akadt meg rajtam a szeme és a hangja.

Kezemben kosárral – kell még egy kis mézvirág, élő margaréta, petúnia a „birtokomra”, városi gang, hát istenem, ez az enyém, és én szeretek itt – baktattam a piacra, szerintem nem baktattam, lebegtem, vigyorgtam, vörös kontyom félrecsapva, sose voltam rendes, fodrászos hajú nő, jó volt lépni,



I ♥ MY GRANDMOTHER

nagyon szeretek járni – és tudok is, ezt biztosan érzékelik, a hát egyenes, a fej fönt, érzed a bokád, a lábikrád, a combod, a feneked – hát istenem, olyan amilyen, de te már tudod, nem a feszesség a lényeg, sütött a nap, volt pénzed virágra és jól érezted magad...

Ezt szeretik, ez átmegy...

Csak egy szó: szia, mondja az ismeretlen, rád villan a szeme, nem akar semmit, csak tudja, hogy ő férfi és te meg nő vagy...

Hát igen, látszik rajtam az öröm: megszületett a hatodik unokám!

Sződy Macó

DERŰS ÉVEK 2011

Média ajánlatta



1/1

80 000 Ft+Áfa

1/2

50 000 Ft+Áfa

1/4

40 000 Ft+Áfa

1/6

30 000 Ft+Áfa

Kapcsolat: derusevek@t-online.hu

HERBÁRIA®



Gyógynövényekkel az egészségért!

Házipatikájában legyenek ott a Herbária termékei!

A természet ereje segít Önnek az egészségmegőrzésben és egészségügyi problémáinak kezelésében!

Részesítse előnyben a fitoterápiát!

Válassza **gyógynövény tartalmú teáinkat**:

- ha gyógynövényekkel szeretné gyógyulását segíteni
- ha méregtelenítést, fogyókúrát tervez
- ha bízik a természet patikájában

Kóstolja meg **gyümölcsteáinkat**, melyek hűsítenek nyáron és kellemes perceként nyújtanak télen.

Ismerje meg természetes alapú **kozmetikumainkat**, melyek gyógynövények hatóanyagaival segítik Önt és családját a:

- testápolásban
- szájápolásban
- hajápolásban
- aromaterápiában

Konyhájában tartson mindig magas gyümölcstartalmú, széles ízválasztékú **szörpjeinkből** és **lekvárjainkból**!

HERBÁRIA PATIKÁJA ÚJ TERMÉKKÍNÁLATA



Szaküzletek és további termékinformációk: www.herbaria.hu

Házhoz szállítás: www.herbaria-webaruhaz.hu

Támogassa egészségét a gyógyfüvek erejével!