

A grafológus rovata

Betegségre utaló jelek az írásban

Erdélyi István orvos, rendelője a Heti Patika grafológus rovataiban megjelenő írásalapiszt. Összefoglalás, hogy van egy ilyen helyzet, ahol az írásalapiszt elemzését is lehet. Záró elemek jó jel lehet a jövőben, ha a mag-kezdés levele, mint például a mag, hogy, megírja, a jövőben.

Az írásminta készítője 41 éves nő. Jellegje: „Unalom”. Az íráskép rendezett, a levélforma szépen megtervezett. Egyes sorai között, mérték- tartó sortávolságok találhatók. Betűmérete kisebbnek értékel- hetők, s változó köztávolsággal kapcsolódnak egymáshoz. Kezdő és végvonalai alig-alig jut- nak érvényre.

Az analízist kéri személy in- telligenciájának és értelmi adottságai tükröznek egyéniséget. Szerény, visszahúzó modora és csendes, halk zavár viselke- dése mögött megbújik nyílt őszintesége, amit csak a megér- téssel közeledő személy képes felszárni hozni. A feljebb köze- lők tanácsait meghallgatja, de a bizalom hiánya miatt ritkán fo- gadja el azokat. Hajlamos a se- gítségnyújtás elhárítására is, ter- mészetesen a vitás helyzetek el- kerülésével. Az állandóan vég- zett önvizsgálataival és az ön- megismerésre irányuló törekvé- sével nem a pozitív személyiség jegyeit, tulajdonságait ismeri fel elsőként, s nem azokat helyezi előtérbe. Egy korábbi élethely- zetben megélt kudarcélményt nehezen tud leküldeni, feldol- gozni. Lezártan tekint egy olyan utat és lehetőséget, ami még korábban az övé volt, ren- delkezésére állt. Ezen túl kell lépnie, értékesebb annál, mint- hogy a minden mindegy szem- lélettel éljen. Kell értelmes célt találni, a dolgoknak másfajta ér- telmét, értékét keresni, mert a cél nélküli kedélyt lehan- goltatja teszi, erősen befolyásolja életvitelét, nem motiválja meg- felelően pszichikai energiáit.

Előfordul, hogy vannak dol- gok, amik látszatra nem pótol- hatók, de a helyettesítésük még- is szükséges, meg kell találni, mert mindig létezik megoldás. Türelem és kitartás kell hozzá, ezáltal csökkenthető a gyakori érzelmi feszültség és javítható az idegállapot. A múlt nem sza-

bad, hogy visszahúzza előre tö- rekvő lépéseit. Tehetséges, jó ötletei vannak, ne vesse el azo- kat, ne maradjanak a fantázia szintjén, a megvalósításukra gondoljon, merjen cselekedni. Munkáját felelősséggel végző és pontos, többszöri ellenőrzés után adja ki kezéből a megol- dott feladatot. Nehezen határoz és nehezen hoz döntéseket.

Betegségre utaló jelek írásá- ban inkább érzékenységre mu- tatók. Energiájával nem jól gaz- dálkodik, nagyon érzékeny a pszichikuma, ez is előidézhet energiavesztést, idegességei nem tesznek jót szívének. A pe- tefészkék és a mellkastájéki ígé- nyel nagyobb vigyázatot, kerül- je a megfázásokat. Többet kel- lene jó levegőn és kellemes tár- saságban tartózkodnia.

VÉGVÁRI VALÉRIA
Továbbra is várjuk olvasóink leveleit.

Felvilágosító program — középiskolásoknak



A Johnson and Johnson évente több mint egymilliárd dollárt fordít kutatásra és fejlesztésre. A világ 51 országában jelen levő multinacionális cég termékeit sokan ismerik. Ami talán kevésbé köztudott: gyárta- nak és forgalmaznak egyszer- használatos kontaktlencsákat, gyógyszereket vesebetegeknek, speciális sebészeti, sebzáró eszközöket, újszülöttek gyógyí- tására alkalmas, az RH-össze- férhetetlenség megelőzésére szolgáló vakcinákat, vércukor- diagnosztikai tesztek.

A magyar közönség azonban elsősorban női intim termékeiket és babaápolási cikkeiket ismeri és használja.

A Johnson magyarországi le- ányvállalat a megalakulását követően már kidolgozta felvilá- gosító programját, melynek célja, hogy a női higiéniaival kapcsola- tos kérdések és válaszok eljussa- nak minden pubertás korban lévő leányhoz. Az általános iskolai tantervbe beillesztett oktatópro- gram 1992 tavaszán indult, és 3600 általános iskola közül 2100 jelentkezett, kiállkozott arra,

hogy az ingyenes oktatási cso- mag segítségével bővíti a diákok ismereteit. Az idén őszre elké- szült a középiskolások számára készített program. Ez a 15–16 évesek nemi éréseivel kapcsolatos kérdéseket állítja középpontba, s nagy hangsúlyt helyez az intim higiéniaira. A Johnson and John- son szakemberei remélik, hogy az 1300 középiskola döntő többsége vállalkozik arra, hogy e program- keretében világoztassa fel a fiatalo- kat az igen fontos témáról.

Ö. K.

A szemüveg fölöslegessé válik
Kancsalságot gyógyít a komputer

Minden harmincadik orosz családban található kancsal gye- rek. Új egészségügyi eljárásal, egy speciális komputerprogram- mal próbálják gyógyítani a szemtengelyferdülést a moszk- vai asztrofizikai kutató szövet- ség nevű szervezetben.

A speciális programról — amelyet eddig elsősorban piló-

táknak, sofőröknek, légiirányí- tóknak fejlesztettek ki — csak később derült ki, hogy gyógyít- hatja a kancsalságot is. Az asz- trofizika kutatói, Abramov és Shapiro, Galics doktossal együtt, aki a moszkvai 7-es szá- mú gyermekklinika szemészé- tén dolgozik, kiállkozott egy 40–60 tréningből álló gyógyító

programot. Mindegyik 12 per- cig tart, a gyerekek kék-vörös szemüveget viselnek és kompu- teren játszanak, amelynek lé- nyege hogy egy kék négyzet közepébe kell behelyezni egy vörös kört. A tréningek elvég- zése után a gyerekek többségé- nek nincs szüksége szemüvegre, 80 százalékuk pedig teljesen

ELEK LENKE
Moszkva

Gyógyszeres terápia

Dr. de Chatel Rudolf és dr. Rácz István egyetemi tanárok szerkesztésében — elsősor- ban gyakorló orvosoknak és gyógyszerészeknek ajánlv- a — rövidesen megjelenik a közel 100 íves Gyógyszeres terápia című szakkönyv. A kötet több mint 2000 gyógy- szerkészítmény adatait tartal- mazza. Az első rész a gyógy-

szerek hatásával, mellékhatá- sával, interakcióval foglalko- zik, míg a második rész fel- sorolásszerűen foglalja össze a gyógyszerkészítményeket, ATC-kód, hatás, a gyártó cé- gek és a hatóanyagok név szerinti csoportosításában. A harmadik részben olvasható a gyógyszerkészítmények rész- letes leírása.

Szerencsére a hagyományos, leszúrt és újratervezett kozmetikai gyanítvány életképes

A megoldás a teljes biztonság: Clean + Easy amerikai, professzionális, egyszerűhasználatos gyanítvány- rendszer. Csak ezt kérje kozmetikusától!

További információ: (1) 129-4298

virust még nem találta; de a forrás hatására a fertőző baktériumok, gombák és vírusok nagy része nem pusztul el.

A megoldás a teljes biztonság: Clean + Easy amerikai, professzionális, egyszerűhasználatos gyanítvány- rendszer. Csak ezt kérje kozmetikusától!

További információ: (1) 129-4298



Általános iskolásoknak

Kedvezményes kőszegi üdülőszanatórium

A Hunguest Nemzeti Üdülte- tési és Vagyongépző Rt. szer- vezésében az általános iskolá- sok is üdülhetnek a tanév alatt kettő-, vagy négyhetes üdü- lőszanatóriumi elhelyezésben. A helyszín Kőszeg. A szubalpin klíma és a pormentes, tiszta le- vegő különösen a városi kisdia- koknak kedvező élettani hatású, hiszen a gyerekek sokat tartó- zhatnak szabadban.

A gyermekek nem maradnak le a tanulásban, mivel a kőszegi létesítményben képzett pedagó- gusok oktatják a kisdíjakat. A teljes általános iskolás koros- tályt fogadhatják, különösen a testvéreket is, mivel elhelyezhe-

tők vegyes csoportok. De az el- sősők és a nyolcadikosok üdülte- tése kevésbé ajánlott, mivel be- leszkedési, illetve pályaválasztá- si gondokkal küszködnek. Októ- ber 3–30. között karcsúsító kú- rá fogadják a túlsúlyosakat. Olyan diákokat, akiknek kövé- ségét nem szervi probléma, vagy hormonzavar okozta, hanem a túlzottan jó étvágy és a mozgá- sszegény életmód. Tízennégy na- pos tartózkodás, illetve a négyhetes turnus ajánlható, mi- vel az utóbbi időszak alatt akár 8–10 kg súlyfeleslegést is meg- szabadulhatnak a gyermekek. Életmódváltáshoz megfelelő útmutatót kapnak és így otthon

is folytathatják a diétát. X. 31.—XI. 27., valamint XI. 28.—XII. 18. között levegőváltó- zásra szorulókat és asztmatikus légzőszervi panaszokat várnak. A Hunguest Rt. valamennyi idei üdülési formája közül a kőszegi élvezeti a legnagyobb mértékű tá- mogatást, így a szülőknél csak napi 200 forintba kerül gyerme- kük teljes ellátása az iskolaszana- tóriumban. Még valamennyi idő- pontra lehet jelentkezni a kőszegi gyermekszanatóriumban a (06-94) 360-169 számon. A gyerme- kek szülői kísérettel utazhatnak Kőszegre és vissza.

BÁNYAI JÁNOS

HÍREK — RÖVIDEN

— A Magyar Vöröskereszt raktárai kimerültek, főleg tartós élelmiszerekből és tisztálkodási eszközökből van hiány. Ezért kéri a segítséni szándékozókat, hogy adományait szociális szervezetekhez és tisztálkodási eszközökhöz juttassák el a Vöröskereszt Arany János utca 31. szám alatti székházába. Pos- tacím: 1367. Budapest, Pf. 121.

— „Kispesti füzetek” címmel a XIX. Kerületi Önkormányzat olyan közérdekű információkat tartalmazó füzetet juttat el a családokhoz, amellyel segíti a kerületben élők tájékozódá- sát. Közlik az önkormányzati testület tagjainak fogadóórát, a háziorvosok rendelési idejét, a kerületi oktatási intézmények

listáját, közüzemek, szórakozási lehetőségek helyét, és a szolgál- tatások jegyzékét.

— A Nemzetközi Szabványü- gyi Szervezet által ismertett kísérletorszozat szerint a kony- hákban elszennvedett égsi séru- lések zömét a laza, fodros, bő ujji ruhát viselő emberek szen- vedik el. A testük és a textília közötti légter ugyanis „ké- mény”-ként vezeti a lángot föl- felé. Ellenben a testhez simul ruhadarabok vagy az övek aka- dályozzák annak tovaaterjedését.

— Egy frankfurti kutatóintézet professzora szerint Németor- száiban évente 60000–100000 szalmonellafertőzés fordul elő,

s mintegy 200 az ebből eredő haláleset. Ennek oka elsősorban a nem kellő higiénia betartása, vagy az állattartás helyén, vagy a feldolgozás során. A baromfi- tojást és —húst jól meg kell főz- ni, mert a szalmonellabaktériu- mok csak 70 °C felett pusztul- nak el.

— 18 000 brit gyermekre ki- terjesztett tanulmány megállá- pította, hogy a 15 éves fiúk 11,5 százaléka többet iszik, mint a felnőtt férfiak esetében megál- lapított heti maximum. A statisz- tikai adatok szerint 90000 gyer- meket sorolnak a túlzott iszako- sok közé, melynek oka, hogy az emberek nem veszik komolyan az alkoholt veszélyességét.

„Úgy szeretnének élni, mint mások”

Üvegház, gyermekrajzpályázat, kiál- lítás, hangverseny, istentisztelet... Lát- szólag semmi közös nincs a felsorolt szavakban, pedig mindegyik egy ese- ményorszozat — „Kilenc évtized a moz- gáskorlátozott gyermekek szolgálatá- ban” — része, állomása.

1903-ban, a Deák Ferenc Szabadkő- művészpálya alakította meg a nyomor- ekt gyermekek menhelyét, ahol az ellátás mellett biztosították a tanítást, a gyógyí- tást, a képzést. Az 1930-as évek elejére komplex rehabilitációs intézeté fejlőd- tek: bevezették a nyolcosztályos elemi iskolát, saját kórházzal, műtővel rendel- keztek, hét szakmában folytattak kép- zést. Az 50-es évek közepe felé az isko- la komplexitása megszűnt.

Jelenleg 5 éves kortól fogadnak gyer- mekeket, akik két éves előkészítő után végezhetik el a nyolc általánost. Az al- sőtáozatban magasabb az írás- és olva- sásórák száma. Mivel a gyermekek je- lentős része központi idegrendszeri sé- rült, úgynevezett nyújtott képzéssel érik el azt, hogy a lassabb ütemű gyermekek is el tudják sajátítani a tananyagot.

A Mozgásjavító Általános Iskola és Diákotthon jubileumi rendezvényor- szozatának első eseménye az az üveghá- zat és módszertani bemutató, ahol a kertészeti munkafolyamatokat mozgáskorlátozott fiatalok mutatják be. Országos gyermekrajzpálya- zatot hirdettek; egy másik kiállítás az iskola törté- netéről szól. Tanár-diák találkozóra is sor kerül, több mint kétszázán jeleztek részvételüket, a legi- dősebb tanár 84 éves.

Október 24-én a Zenekadémián fellép az isko- la Bárdos Lajos Kórusa. A decemberig tartó ren- dezvényorszozaton sor kerül szakmai Konferen- ciákra is. A jubileumi rendezvényorszozatot decem- ber 11-én önkörmény istentisztelet zárja a Rezső



téri templomban. „Meg kell ezt a születésnapot mutatni az országnak — mondja Nádas Pál, az isko- la igazgatója —, mert ezzel is előbbre viessük az országban élő mozgássérült gyermekek és felnőttek ügyét. Nem sajnálni kell az itt tanuló gyer- mekeket, hanem lehetővé tenni számukra, hogy meg tudják mutatni: ők is egyenrangú tagjai a tár- sadalomnak és úgy szeretnének élni, mint más- sok.”

ZIMÁNYI MÁRIA

A Szív Tv — az egészség csatornája a kábeltevéken

(1993. szeptember 28., kedd)

19.00: A négy óra műsor- ajánlata. 19.10: PRIMA TOR- NA — mozgásgyakorlatok höl- gyeknek. 19.35: GYERMEKEK KÉPERNYŐJE: rajzfilmek. 20.00: MÁJ — populáris könnyűzenei magazin. Plitz Hu- si műsora. 20.40: HALLÓ! UTAZÁS! Nézzén, lássón, utaz- zon, nyersen! A SZÍV TV új

utazási magazinjának első álló- mása: Graz és környéke. 21.15: SZÍV TV MOZI. GÖRDESZ- KÁS LOVE STORY — színes, szinkronizált, amerikai filmvíg- játék (100 perc) 22.55: Holnapi műsorajánlat.

(1993. szeptember 29., szerda)

19.00: A négy óra műsor- ajánlata. 19.10: AEROBIK —

profikkal amatőröknek. 19.35: GYERMEKEK KÉPERNYŐ- JE: rajzfilmek. 20.00: KÜ- LÖNJÁRAT — RockTér meg- álló. Balogh Zoltán műsora. 20.40: SZÍV TV-MOZI: BRONZBARNÁK — színes, szinkronizált francia filmvígjá- ték (110 perc). 22.30: Cosme- tics Margat Zimmer, avagy masszázsszal a narancsbőr ellen. 22.40: Ut a jövő mezőgazdasá-

gába. 22.55: Jövő heti műsor- ajánlat.

Főszerkesztő: Gáti Zoltán.

A SZÍV TV POSTACÍME: 1656 Budapest, Pf. 6. Telefon: 158-7511.

A fentiekől eltérő műsorke- zedéslről és az ismétlésekről a he- lyi kábeltelevíziók tájékoztat- nak!

Szőlőpatika

Szőlőt már a 8 ezer éves egyiptomi metszeteken is látni. A legősibb gyümölcsök egyike. Kalcium, foszfor, vas, C-, B-, A-, P-vitamin-tartalma miatt értékes. Cukortartalma — főleg glukóz —, magas, ami gyorsan felszívó- dik, energiával telíti az embert. Rossz emésztésnél, kimerültsé- gen, lázas állapotban ajánlott.

Európában az 1500-as évek- től számos könyv említi a sző- lőkultúra áldásos hatásait. Egyik változata: frissen préselt szőlőlével kell fogyasztani napo- na 5-ször, 4–5 hétig, erre a szeptember—október a legál- kalmassabb hónap. A levelet napi 1–6,5 kg szőlőből kell elkészí- teni. Használható. Nem csak a beleket tisztítja, a gyomrot is erősíti. A kívánt eredmény ér- dekében naponta 35 dk-got meg kell enni. Ha nincsen friss sző- lő, vízben áztatott mazsola is megteszi. Emésztési zavarok-

ban kiváló. Hatásos az asztma és a szívbetegségek kezelésében is. Erősíti a szívet és szabályo- za a szívritmuszavarokat. A nyers, natúr szőlőlé szívroham esetén is jótékony, ugyanígy a migrénre is. Káliumsó és víztar- talmánál fogva a vese kiváló or- vossága. Bármilyen májrendel- lenségben jó hatású. Vértép- ző, gyerekek székrekedésére vagy a fogzás időszakában aján- latos natúr szőlőlevet fogyasztani. Külső gyulladásokat kezel- hetünk vászonkendő közé tett, összenyomott szőlővel. Ezt fed- jük be egy száraz ruhával. Cse- reljük gyakran a borogatást, mert mérgeanyagokat szív ma- gába. A szőlő kiváló diéta alko- holbetegek számára is. Anti- septicus hatású, jót tesz az íny- nek, megakadályozza a fogíny- sorvadást.

SZEPESI DÓRA

Dabur balzsam a házipatika nélkülözhetetlen szere!

Kiváló, gyorsan ható indiai bedörzsölő meghűlés, nátha kezelésére

Alkalmazása:

- meghűlés, köhögés esetén vékony rétegen a torokra, ott környékére, mellkasra és hátra kell kenni,
- inhaláláskor egy tál forró vízben két teáskanálnyit kell feloldani,
- fejfájás, zsinbadás esetén enyhé bemasszírozással

Dabur

Kapható: patikákban, gyógynövényüzletekben

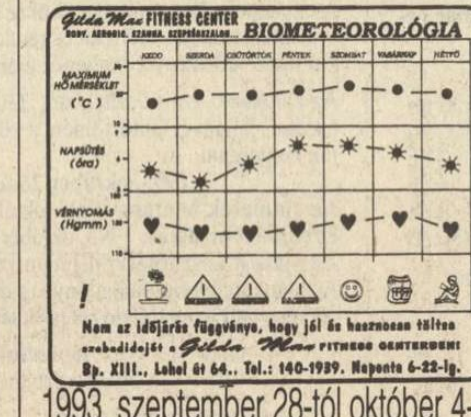
Forgalmazza: MediLine Kereskedőház viszonteladók részére

Budapest VII., Rózsa utca 47.
Telefon: 142-8761. Fax: 269-0071

MH 10 325

Biometeorológia

Biometeorológiailag is változatos idővel kezdődik a hét. A hétfői hidegfront után ma délutánról egy melegfront hatására számítha- tunk. Előtte nő a nyugaltság, fűrészt, levesteg jelentkezik rajtunk. A front hatására erősödhetnek a gyulladásoz folyamatok, a gyomorfekély valamint az embólia, szaporodhatnak a szívpá- ncsok is. Még szerda délelőtti a melegfronti hatás lesz jellemző, délután azonban várhatóan újabb hidegfront közelébe érezhe- tük. A gyomorfekélyek állapotának, valamint a gyulladásoz fo- lyamatoknak a hidegfront sem kedvez. Csütörtökön délelőtti meg tart a hidegfront befolyásoló hatása, melynek nyomán az aszma, a gőrcsős fájdalmai és a reuma erősödésére számíthatunk. Pént- ektől azonban megváltozik a helyzet, változó felhőzet mellett több, kevesebb napfényre és frontmentes, éjszai időre van kilátás a hét végén, de még a jövő hét első napjaiban is.



1993. szeptember 28-tól október 4-ig