

NÉPÚJSÁG

2026. június 18.,
csütörtök

LXXVIII. évfolyam
131. (22291.) sz.

Ára: 4⁰⁰ lej
(előfizetőknek 3⁰⁰ lej)

K Ö Z É L E T I N A P I L A P

Jelentős ingatlanbefektetések Marosvásárhelyen

Városfejlesztés az Egyesülés negyedben



Épül a volt üdítőgyár helyén a lakópark

Fotó: Nagy Tibor

A marosvásárhelyi tanács az elmúlt időszakban több olyan határozattervezetet is napirendre tűzött, amelyek jelentős marosvásárhelyi ingatlanbefektetésekről szólnak. A városfejlesztési tervek többek között az Egyesülés negyedben valósulnak meg.

Szeredai Vivien

(Folytatás a 4. oldalon)

AKTUÁLIS

A demokrácia pudingpróbája

Vajda György

Minden jel azt mutatja, hogy második nekifutásból sem lesz kormánya a PSD által válságba sodort országnak. Úgy tűnik, hogy Nicușor Dan államelnök elhamarkodottan döntött, amikor a pártokkal való konzultáció nélkül nevesítette Adrian Veșteát, és ő nem tárgyalt erről pártjának, a PNL-nek a vezetőségével. Az ügyből belharc bontakozik ki, mert a hírek szerint Veștea át akarja venni a pártvezetést Ilie Boljantól. Teszi mindezt úgy, hogy jelölését követően több alkalommal is kijelentette, hogy folytatná a Boljan-kormány által elindított reformintézkedéseket, tegyék hozzá, azokat, amelyekért a PSD és az AUR megbuktatta. Ez idáig az RMDSZ, az AUR és a PNL jelenlegi gárdája is elhatárolódott a Veștea-féle konfigurációtól, így már most borítékolható, hogy nem lesz meg a parlamenti többség a Veștea-féle kormány beiktatásához. Hogy ennek mi lesz a vége, egyelőre nem lehet tudni. Az államelnök megpróbálta orvosolni a politikai válságot úgy, hogy az egykori barcarozsnyói polgármestert, a későbbi Brassó Megyei Tanács elnökét nevesítette, akit valószínűleg nemcsak politikai vonalon ismerhet, hiszen Nicușor Dan foga-

rasi származású. Ez nem baj, sőt. Azonban valóban megkerülte a demokrácia azon szabályát, hogy egy kormányfőjelöltet a pártok konzultálásával lehet csak nevesíteni, hiszen amennyiben a pártok elfogadják a kormányt, akkor valószínű, hogy nemcsak parlamenti szavazattal, hanem programjaik révén saját apparátusukkal is támogatják. Így az államelnöknek nem marad más, mint visszatérni a demokrácia mezejére, és az alkotmány által is leszögezett hatáskörének megfelelően eljárni, vagyis le kell újra üljön egy asztalhoz a pártokkal, és meg kell velük tárgyalnia a kormányalakítást. Ahhoz ragaszkodhat, akár hatáskörére is hivatkozva, hogy a megalakulandó kormány európai irányultságú legyen, ami nemcsak az Európai Unióhoz való viszonyt jelenti – a szuveranisták álláspontjával szemben –, hanem az értékrendet is jelöli, ami úgyszintén ellentmond az extrém, nacionalista retorikának. Így egyértelmű, hogy jelenleg akár külpolitikai kontextusban sem kívánatos az AUR jelenléte a kormányban. És tegyék hozzá, az előre hozott választások senkinek sem kedveznének, kivéve talán az AUR-t, amely a populisták retorikájával megerősítheti szavazóbázisát. A kérdés továbbra is (Folytatás a 3. oldalon)

Ne feledje



idejében
megújítani
előfizetését!

Ha előfizet, biztosan
kézhez kapja,
olcsóbban,
mint ha megvásárolná!

„Harcoltam, és nem
hagytam magam”

Már a diagnózis pillanatában tudtam, hogy minden megváltozik. Teljesen átrendeződött a prioritás, hogy mi a fontos az életben.

5.

Épül az A8-as
autópálya

Ugyancsak épül a Szetgericén aluli és felüli két vadátkelő, és már körvonalazódni látszik a pihenőparkoló is.

10.

Amerikába készül
a Kiki's Dance Lab

Reméljük, hogy eljuthatunk Los Angelesbe, ahol a világ legjobbjai között mutathatjuk meg tudásunkat.

10.

29. TÁRGUMUREȘENE
MAROSVÁSÁRHELYI NAPOK
25-28 IUNIE
JÚNIUS 25-28
4 locații
helyszín
SCAN ME
ALINA EREMIA • FOLLOW THE FLOW
ȘUIE PAPA RUCHE • BLAHALOUSIANA • VOLTAJ
BOSQUITO • KÖKÉNY ATTILA • OM LA LUNĂ
KERESZTES ILDIKÓ • AURA ȘOVA • IOANA IONAT
... și mulți alții
... és még sokan mások

JÚNIUS

18

CSÜTÖRTÖK

Ma **ARNOLD, LEVENTE,** holnap **GYÁRFÁS** napja

Az év **169.** napja, hátravan **196** nap

IDŐJÁRÁS

Esős időszak

Hőmérséklet:

max.: **26 °C**

min.: **10 °C**

naptár

Isten éltesse!

GYÁRFÁS: görög-latin eredetű férfinév, a Gervasius névből származik. A név jelentése: idős, idős férfi, agastyán, illetve akire hosszú élet vár.

VALUTAÁRFOLYAM	
BNR: 2026. június 17.	
1 €	5,2328 lej
1 \$	4,5101 lej
100 Ft	1,4968 lej
1 g arany	627,4426 lej

Tűz egy zöldség-gyümölcs lerakatban

A marosvásárhelyi hivatásos tűzoltókat június 17-én, szerdán a déli órákban egy tűzesethez riasztották Marosvásárhelyen, a Raktár utcába, ahol egy zöldség-gyümölcs lerakatban keletkezett tűz, jelentős füstképződéssel. A helyszínre három víz- és habugaras tűzoltóautó, beavatkozó és irányító jármű, valamint egy SMURD mentő érkezett. Az épületben tartózkodó személyek önállóan elhagyták a létesítményt, sérültekről sem érkezett jelentés – tájékoztatott a Maros Megyei Tűzoltóság sajtóosztálya. (szer)



Fotó: ISU

Útkarbantartási munkálatok Nagykend és Balavásár között

A Brassói Regionális Útügyi Igazgatóság munkatársai az országutak mentén géppel nyírják a gatz, ugyanakkor karbantartási munkálatokat is végeznek. Jelenleg Nagykend és Balavásár között javítják, felújítják a biztonsági korlátot. A járművezetőket ideiglenes forgalomirányító táblákkal figyelmeztetik a munkálatokról. (szer)

Fotó: DRDP



ELŐFIZETÉS A SZERKESZTŐSÉGBEN IS!

Elfogadunk előfizetést lapunkra a következő hónapra a Népújság szerkesztőségében: Marosvásárhely, Dózsa György utca 9. szám, 2. emelet, 72-es iroda, naponta 9–14 óra között, szombat – vasárnap zárva. Tel. 0728-082-259.

M E G Y E I H Í R E K

Támogatás önkormányzati kulturális szervezeteknek

Amint korábban közreadtuk, Cseke Attila ügyvivő miniszter a 2026. évi 451-es számú kormányhatározat alapján jóváhagyta, hogy a Fejlesztési, Közmunkálatokért és Közigazgatásért Felelős Minisztérium költségvetéséből országszerte, az önkormányzatok hatáskörébe tartozó több kulturális intézményt támogassanak. Ennek köszönhetően Maros megyében három kulturális intézmény összesen 8,4 millió lej támogatást kapott. A Maros Megyei Tanács hatáskörébe tartozó Marosvásárhelyi Állami Filharmónia 5.043.846 lejt, az Ariel Ifjúsági és Gyermekszínház 2.124.280 lejt, míg a Szováti Polgármesteri Hivatal által fenntartott Bececs Néptáncszínház 1.237.621 lejt kapott. A jóváhagyott források hozzájárulnak Maros megye meghatározó kulturális intézményeinek működéséhez és fejlődéséhez.

Szünetel a földgázszolgáltatás Maroskeresztúron

Mivel a Transgaz földgázszállító vállalat karbantartási munkálatokat végez a fővezetéken, június 19-én pénteken 8 és 18 óra között szünetel a földgázszolgáltatás Maroskeresztúron a település minden utcájában.

Látogatható Limespark Mikházán

Június 13-án, szombaton a Maros Megyei Múzeum és a Maros Megyei Tanács megnyitotta a mikházi Limesparkot, azt az új látogatóközpontot és élményteret, amely a mikházi régészeti lelőhely gazdag kulturális és természeti örökségét mutatja be a nagyközönségnek. A Limespark keddtől vasárnapig 9–17 óra között látogatható, és a 0743-197-048 telefonszámon múzeumpedagógiai tevékenységet lehet igényelni időpont-egyeztetéssel.

Hétéves rokonát erőszakolta meg egy férfi

A marosvásárhelyi Szervezett Bűnözés Elleni Brigád, a Szervezett Bűnözés és Terrorizmus Elleni Nyomozóhatóság Marosvásárhelyi Területi Szolgálatának ügyészeivel együttműködve egy 59 éves férfit állítottak elő, aki ellen kiskorú sérelmére elkövetett nemi erőszak és gyermekpornográfia bűncselekménye miatt folyik eljárás. Június 14-én a szászrégeni ügyészség elrendelte az 59 éves férfi őrizetbe vételét kiskorú sérelmére elkövetett nemi erőszak és gyermekpornográfia miatt. A feltárt bizonyítékok alapján kiderült, hogy egy rokonai kapcsolatban lévő hétéves kislányt megerőszakolt, ugyanakkor telefonjával videófelvételt is készített róla és tárolta azt. A bizonyítékok nyomán június 15-én átadták a marosvásárhelyi ügyészségnek, ahol előzetes letartóztatásba helyezték – tájékoztatott a Maros megyei rendőrség sajtóosztálya.

Hírszerkesztő: Szer Pálosy Piroska

Az Anghel Saligny program prioritásai között az új Maros-híd

Összeállt a teljes iratcsomó, amelyet a Marosvásárhelyi Polgármesteri Hivatal benyújtott a fejlesztésügyi minisztériumhoz, hogy az új Maros-híd projektje felkerüljön az Anghel Saligny program sürgősségi listájára. A minisztérium közölte, hogy prioritásként kezeli a dokumentációt, és ezzel megnyílt az út a finanszírozási szerződés aláírása előtt. Mint ismeretes, a beruházás összértéke meghaladja az 51 millió lejt, amelyből több mint 43 millió lejt állami támogatásként érkezik az Anghel Saligny program keretében. A városvezetők szerint az új Maros-híd Marosvásárhely egyik legfontosabb infrastrukturális beruházása, amely hosszú távon javítja a közlekedést, és hozzájárul a város fejlődéséhez – tájékoztatott Kovács Levente Mihály alpolgármester. (v.gy.)

RENDEZVÉNYEK

A sötétben látó tündér – bemutató

A marosvásárhelyi Ariel Ifjúsági és Gyermekszínház stúdiótermében június 18-án, csütörtökön 18 órától A sötétben látó tündér című, 4 éven felüli gyermekeknek szóló mesejáték bemutatójára kerül sor. Az előadás Bagossy László A sötétben látó tündér című mesejátékából készült Béres László rendezésében. A díszletet és a jelmezt Szélyes Andrea és Frigy Nóra tervezte. Előadja: Szélyes Andrea. Előzetes helyfoglalás a 0770-996-416-os, naponta 9–13 óra között hívható telefonszámon. A premier az Ariel színház társulata idei évadának utolsó előadása.

Nem múzsa! – csoportos kiállítás a Bernádyban

A Bernády Ház ad otthont a Nem múzsa! című csoportos kiállításnak, amely hat erdélyi művésznő alkotásait mutatja be a közönség számára. A tárlat ünnepélyes megnyitójára június 18-án, csütörtökön 18 órától kerül sor. A kiállításon szereplő hat alkotó közül öt marosvásárhelyi származású, valamennyien

Idénynyitás a marosvásárhelyi Víkenden

Június 19-én 17 órától a Marosvásárhelyi Kulturális, Művészeti és Szabadidőközpont hivatalosan is megnyitja a Víkendtelepet. A nyitóeseményen változatos programokkal várja a látogatókat. A résztvevők élő koncerteknek, gyermekfoglalkozásoknak, gasztronómiai élményeknek és számos szórakoztató programnak lehetnek részesei, amelyek garantálják a jó hangulatot és a közös kikapcsolódást minden korosztály számára. A strand a megszokott program szerint, már délelőtt 9-kor fogadja a látogatókat, így a vendégek már aznap reggeltől élvezhetik a komplexum szolgáltatásait. Az elmúlt időszakban végzett karbantartási, felújítási és fejlesztési munkálatokkal a Víkendre járóknak biztonságosabb, rendezettebb és családbarátabb környezetet biztosítanak – tájékoztatott a Marosvásárhelyi Kulturális, Művészeti és Szabadidőközpont. (v.gy.)

a Kolozsvári Művészeti és Formatervezési Egyetem hallgatói voltak. Különböző művészeti nyelveken és egyéni látásmódokon keresztül fogalmazzák meg gondolataikat a női alkotói lét, az identitás, a társadalmi szerepek és a kortárs művészet kérdéseiről.

A dzsungel törvényei – a Navarra Dance előadása

Június 20-án, szombaton 17 órától az Ariel Színház nagytermében (Nyomda/Poligrafiei u. 4.) mozgássiínházi előadás látható a Navarra Dance diákjaival A dzsungel törvényei címmel. Rendező-koreográfus: Macaveiu Blanche. Online jegyek vásárolhatók a <https://bilete.visitmures.com/398adzsungeltorvenyei> internetes elérhetőségen.

Szimfonikus hangverseny

Június 18-án, csütörtökön 19 órától újabb szimfonikus hangversenynek ad otthont a Kultúrpalota Nagyterme. A Marosvásárhelyi Állami Filharmónia szimfonikus zenekarát Remus Grama vezényli, szólót játszanak Andrada Badi és László Cristina zongoraművészek. A nagydemű Saint-Saëns- és Beethoven-műveket hallgathat.

NÉPÚJSÁG
MAROS MEGYEI NAPILAP
Kiadja az IMPRESS KFT.
FŐSZERKESZTŐ:
Karácsonyi Zsigmond
FŐSZERKESZTŐ-HELYETTES:
Benedek István
LAPSZERKESZTŐ:
Vajda György

MUNKATÁRSÁK: Bodolai Gyöngyi, Farczádi Attila, Mezey Sarolta, Kaáli Nagy Botond, Nagy-Bodó Szilárd, Nagy Miklós Kund, Nagy Székely Ildikó, Nagy Tibor (fotó), Szeredai Vivien, Szer Pálosy Piroska. **KORREKTÚRA:** Horváth Éva, Szabó Ivett. **TÖRDELÉS:** Donáth-Nagy György, Makkai Melánia, Vajda Gyöngyi. **FŐKÖNYVELŐ:** Nagy Melinda. **REKLÁM-LAPTERJESZTÉS:** Madaras Éva Adrienn. **APRÓHIRDETÉS:** Petres Emília.
Tel.: munkanapokon 9–14 óra között 0265-268-854, délután: 0728-082-259, e-mail: reklam@e-nepujasg.ro
SZERKESZTŐSÉG: 540015 Marosvásárhely, Dózsa György út 9. szám, II. emelet. **Internet:** www.e-nepujasg.ro **E-mail:** nepujasg@e-nepujasg.ro
Telefon: titkárság: 0265-266-780; tel/fax: 0265-266-270. **Nyomda:** Palatino.
A szerkesztőség véleménye nem feltétlenül azonos a szerzők véleményével.
Előfizetés a postahivatalokban, a postásoknál és a szerkesztőségben: tel. 0728-082-259.
Hirdetési irodánk nyitvatartási rendje: hétfő, kedd, szerda, csütörtök: 9–15, péntek: 9–14 óra között, szombat, vasárnap: zárva.



Kisebbségi kormány alakításáról tárgyaltak

Kelemen Hunor szerdán kijelentette, hogy egyeztetett a Nemzeti Liberális Párt (PNL) és a Mentsétek Meg Romániát Szövetség (USR) vezetőivel kisebbségi kormány alakításának lehetőségeiről, köztük egy PNL–USR–RMDSZ-kormányról.

A szövetségi elnök a parlamentben elmondta, hogy az ügyvivő kormány mögött álló koalíció vezetőiként Ilie Bolojan és Dominic Fritzcel szinte hetente egyeztetnek, és legutóbb arról tárgyaltak, mi történik, ha a parlament nem szavazza meg a Veştea-kormány beiktatását. Kelemen szerint a jelenlegi parlamenti erőviszonyok mellett csak kisebbségi kormány alakítására van lehetőség. Megjegyezte, hogy valójában a Veştea-kormány sem lenne többségi kormány, mert lehet ugyan, hogy a Románok Egyesüléséért Szövetség (AUR) megszavazza a beiktatását, de kétséges, hogy támogatni fogja a törvénytervezeteit. Ilyen körülmények között a politikus szerint három megoldási lehetőség kínálkozik. Az RMDSZ számára továbbra is a korábbi koalíció újjáalakítása az első számú opció. Szerinte ehhez mindegyik pártnak rugalmasabbnak kell lennie, mert csak így lehet érdemi dolgokról tárgyalni – magyarázta. A szövetségi elnök szerint a második lehetőség egy PNL–USR–RMDSZ kisebbségi kor-

mány, a harmadik pedig egy kisebbségi PSD-kormány. Kelemen elmondta, hogy az RMDSZ megszavazna egy kisebbségi PSD-kormányt, ha azt szociáldemokrata miniszterelnök vezetné, illetve egy PNL–USR–RMDSZ kisebbségi kormányt is, ha nem Ilie Bolojan a miniszterelnök. Szerinte egy kisebbségi kormány működtetéséhez mindenképpen meg kell állapodni azokkal a pártokkal, amelyek kívülről támogatják a kabinetet. A megállapodásban pedig rögzíteni kell, hogy ezek a pártok milyen célok érdekében biztosítják a kisebbségi kormány működését.

Kérdésre válaszolva Kelemen Hunor elmondta, hogy Ilie Bolojan nyitottnak mutatkozott egy PNL–USR–RMDSZ kisebbségi kormány alakítására, és elfogadna más miniszterelnököt, de kormányfőjelöltekről egyáltalán nem tárgyaltak ezeken a megbeszéléseken.

A szövetségi elnök szerint az továbbra is kizárt, hogy a Szociáldemokrata Párt (PSD) támogatásának hiányában a PNL–USR–RMDSZ kisebbségi kormány az AUR-hoz forduljon segítségért. „En a koalíció újjáalakítását szeretném, ha ez lehetséges. Tudom, hogy nagyon-nagyon nehéz, de mindenkinek el kell gondolkodnia azon, hogyan lehet kisebbségi kormányt alakítani az AUR szavazatai nélkül” – jelentette ki. (Agerpres)

2030-tól változik az érettségi rendszer

Mihai Dimian ügyvivő oktatási miniszter kedden közölte, hogy elküldték a Hivatalos Közlönyhöz megjelentetésre a 2030-tól érvényes érettségi rendszer tantárgyait és vizsgáit jóváhagyó miniszteri rendeletet.

Az új szabályozás azokra a diákokra vonatkozik, akik 2026-ban kezdik el a 9. osztályt, és elsőként tanulnak majd a 2026–2027-es tanévtől bevezetendő új tantervek szerint. A rendelet értelmében az új rendszer egyik újdonsága, hogy a kompetenciavizsgákon a román nyelvi és az anyanyelvi kommunikációs készségek, illetve a digitális kompetenciák értékelése mellett az eddigi egy helyett két idegen nyelvből mérik fel a végzősök nyelvi kompetenciáit. Egy másik fontos újdonság, hogy az eddigi írásbeli vizsgák mellé bevezetnek egy újabbat. Ezen a szakirányuktól eltérő tantárgyból mérik fel a végzősök alapkompenciáit. A reál szakosoknak a történelem, földrajz, társadalomtudományok és vallás, a humán szakosoknak pedig a matematika, fizika, kémia és biológia közül kell majd választaniuk. További újdonság, hogy a humán szakos tanulók számára a történelem helyett egy idegen nyelv lesz a kötelező vizsgatantárgy, a technológiai szakirány és a tehetséggondozó szakoktatás esetében pedig a szaktantárgyból tartják a kötelező vizsgát. A rendelet azt is előírja, hogy az idegen nyelvi kompetenciák felmérését, a digitális kompetenciák értékelését, illetve az alapkompenciák írásbeli felmérését tanév közben kell megszervezni. (Agerpres)

Megszigorítják a kiskorúak ellen elkövetett szexuális visszaélésekért járó büntetéseket

Szerdai ülésén a szenátus elfogadta a büntető törvénykönyv módosításáról szóló törvénytervezetet, amely újradefiniálja a gyermekpornográfia fogalmát, és a cselekmények súlyához igazítja a büntetési tételeket. A jogszabályjavaslatot 78 támogató és 31 ellenszavazattal, öt tartózkodás mellett fogadták el a szenátorok.

A módosított törvény szerint a kiskorúak elleni szexuális visszaélést tartalmazó anyagok beszerzése, birtoklása, tárolása, terjesztése vagy hozzáférhetővé tétele 2-től 7 évig terjedő szabadságvesztéssel és egyes jogok gyakorlásától való eltiltással büntetendő. Emellett 5-től 12 évig terjedő börtönnel büntetendő egy kiskorú rábírása, toborzása vagy kényszerítése arra, hogy kiskorúak elleni szexuális visszaélést tartalmazó műsorokban vegyen részt. A tervezet azt is előírja, hogy nem minősül bűncselekménynek az ilyen anyagok előállítása, birtoklása vagy tárolása, ha azok kizárólag az elkövetőt ábrázolják, és nem terjesztésre, bemutatásra, népszerűsítésre készültek. Nem büntetendő a kiskorú által elkövetett cselekmény sem, ha az elkövető és az érintett kiskorú közötti különbség nem haladja meg a 3 évet, és a cselekményt nem követi ilyen anyagok előállítása, terjesztése, bemutatása, népszerűsítése vagy hozzáférhetővé tétele.

A gyermekek elleni szexuális visszaélést tartalmazó anyagokhoz való hozzáférés büntetési tétele 1-től 3 évig terjedő szabadságvesztésről 1-től 5 évig terjedő szabadságvesztésre nő. A kiskorúak elleni szexuális visszaélést tartalmazó műsorok megtekintésének büntetése 1-től 5 évig terjedő szabadságvesztésről 2-től 7 évig terjedő szabadságvesztésre emelkedik. A módosítások egyik fő célja, hogy a gyermekek védelme mellett ne büntessék indokolatlanul a korban egymáshoz közel álló serdülők beleegyezésen alapuló interakcióit.

A törvénymódosítást a Szociáldemokrata Párt (PSD), a Nemzeti Liberális Párt (PNL), a Mentsétek Meg Romániát Szövetség (USR), az RMDSZ és a Fialat Emberek Pártja (POT) több képviselője és szenátora kezdeményezte. (Agerpres)

Leomlott a muzsnai erődtmplom várfala

Szombaton hajnali 1 óra 40 perc körül leomlott egy rész a Szeben megyei Muzsna erődtmplomának kerítőfalából. Nem sérült meg senki. Az incidenst követően a polgármesteri hivatal és a helyi rendőrség munkatársai biztosították a helyszínt a lakosság védelme és a műemlék épület megóvása érdekében – közölte a Kulturális Minisztérium.

A szász evangélikus egyház szerint nem volt előre látható a muzsnai erődtmplom várfalának leomlása, ehhez a szélsőséges időjárás és a környékbeli nehézgépjármű-forgalom is hozzájárulhatott – közölte a Romániai Ágostai Hitvallású Evangélikus Egyház közleménye alapján a Kolozsvári Rádió.

A muzsnai erődtmplom tulajdonosaként az egyház a szakemberek helyszíni szemléje alapján arról tájékoztatott, hogy a rendelkezésre álló információk szerint nem lehetett előre jelezni a XV. századi műemlék templom várfalának leomlását.

Az egyház vezetősége közleményében hangsúlyozta, hogy az egykor szászok lakta település evangélikus templománál

az elmúlt három évtizedben nagyszabású felújítási és restaurálási munkákat végeztek. Többek között alapjaiban megerősítették a most leomlott északi várfal közelében lévő tornyot, melyen a múltban repedések jelentek meg.

Az ingatlan tulajdonosaként az egyház közölte: ideiglenesen biztonságossá tették a falomlás által érintett területet, és szakértői felmérés zajlik a műemlék állapotáról. Az épület-együttes északi oldalán legutóbb 2017-ben végeztek sürgősségi állagmegőrzési munkálatokat a szaktárca engedélyével. Az épület megtámasztását és biztonságossá tételét szolgáló beavatkozást a romániai szász evangélikus egyház finanszírozta. A munkálatokat azonban nem vették át hivatalosan, ugyanis ezek megálltak a régészeti feltárásnál, anélkül, hogy a projekt további szakaszait megvalósították volna – tették hozzá.

Az egykor szászok lakta Muzsna (románul Mosna, németül Meschen) műemlék erődtmploma a környék egyik legértékesebb késő gótikus stílusban épült temploma. 1480 és 1486 között épült, az építkezést a híres nagyszabású szász kőműves, Andreas Lapidida vezette. Orgonáját a bécsi Carl Hesse mester készítette, 2014-ben helyezték újra üzembe. (MTI)

ORSZÁG – VILÁG

Medve támadt az öt etető turistára

Medve harapott meg egy külföldi turistát kedden délután az Argeş megyei Arefu község hegyvidéki térségében. A katasztrófavédelem tájékoztatása szerint a 30 év körüli nőt a bal alkáriján harapta meg a nagyvad. A nő eszméletlenül volt, amikor a mentősök kiértek, ellátták a sérülését, majd kórházba szállították. A hatóságok RO-ALERT üzenetet küldtek ki a medveveszélyről. Az Argeş megyei csendőrség közleménye szerint a medvetámadás a transzfogarasi úton levő Dracula kemping közelében történt. A német állampolgárságú turistát a csendőrök elsősegélyben részesítették a mentősök kiérkezéséig. Az elmúlt hetekben több hasonló incidens is történt a 7C jelzésű magashegyi úton, Arefu község térségében. Az áldozatok között romániai és külföldi turisták is voltak. A hatóságok ismételtlen arra figyelmeztetik a turistákat, hogy ha medvét látnak, ne közeledjenek az állathoz, ne etessék, és ne próbáljanak közös fényképet készíteni. (Agerpres)

882.177 nyugdíjas részesült szociális juttatásban

Májusban 882.177 nyugdíjas részesült szociális juttatásban, 606-tal több, mint az előző hónapban – derül ki az Országos Nyugdíjpénztár (CNPP) szerdán közzétett adataiból. Közülük 844.184-en az állami nyugdíjrendszerhez tartoztak, 37.993 személy pedig a mezőgazdaságban dolgozott korábban. Az állami nyugdíjrendszerhez tartozó nyugdíjasok esetében a szociális juttatás átlagértéke 538 lej volt. A legmagasabb összegű juttatásokat Máramaros (631 lej), Hunyad (603 lej), Kolozs (596 lej), Prahova (594 lej) és Beszterce-Naszód (593 lej) megyében fizették ki. A szociális juttatásban részesülő nyugdíjasok száma Bukarestben (40.159 személy), valamint Suceava (35.821), Iaşi (32.030), Dolj (30.250), Máramaros (28.900) és Prahova (28.206) megyében volt a legnagyobb. A korábban a mezőgazdaságban dolgozó nyugdíjasok esetében a szociális pótlék átlagértéke 362 lej volt, és Ilfov megyében kapták a legmagasabb összeget (473 lej). A legtöbb kedvezményezett Iaşi (2934 személy), Botoşani (2365), Olt (2354) és Suceava (2144) megyében volt. A nyugdíjpénztár közleményében emlékeztetett, hogy az állami nyugdíjrendszer azon nyugdíjasainak jár a szociális juttatás, akiknek a nyugdíjból és más juttatásokból származó jövedelme összesítve nem éri el a havi 1281 lejt. (Agerpres)

A demokrácia pudingpróbája

(Folytatás az 1. oldalról)

a PSD viszonyulása a kialakult helyzethez. A Bolojan-kormányt megbuktató pártnak sem kedvez, ha baloldaltól eltolódik a szélsőjobb irányába. A parlamenti összetételt illetően, a két kormánybuktató párt erőt képvisel, amivel érvényesíthetik akarataikat a kormányalakítás során. Igaz, ezzel leginkább a PSD élhet, mert pillanatnyilag egyértelmű, hogy az AUR-t kizárták a kombinatorikából. Az RMDSZ egyelőre jól helyezkedett, hiszen az előző időszakok is igazolják, hogy csak úgy érhet el eredményt közösségünk középviselője, ha kormányon van. Az is igaz, hogy ezt a pozíciót nem kell megőrizni bármilyen áron. És azt is el kell ismerni, hogy ebben a sajátos balkáni politikai helyzetben, amikor a magyar kisebbség mindegyre a támadások keresztüztüzebe kerül, nem könnyű állni a sarat alig 6%-os parlamenti jelenléttel. Olyankor, amikor a politikai partnerek megszögik saját ígéreteiket, az államelnök megpróbálja kicselezni a demokrácia játékszabályait, és szembe kell nézni az ország általános társadalmi-gazdasági helyzete miatt kialakult hitelvesztéssel is. Mindezt úgy, hogy az ország ebben az ingatag politikai helyzetben egyre inkább a gazdasági csőd irányába halad, és az állampolgároknak fogytán a türelmük.

Egyelőre ami most zajlik a hazai politikai csataterén, az nem az RMDSZ „küzdélmé”, amiből a szövetség ki-maradt. Nem kérünk ebből a pudingból.

Városfejlesztés az Egyesülés negyedben

(Folytatás az 1. oldalról)

Átalakul az egykori Fotógyár

Az Egyesülés negyedben található egykori Fotógyár területe jelentős modernizáláson megy majd keresztül. A tervek szerint a jelenlegi gazdasági övezet vegyes funkciójú városnegyed-központtá alakul át, ahol többek között különböző szolgáltatások, kereskedelmi és vendéglátó egységek, turisztikai,



Nem bontják le, hanem átalakítják a toronyépületet

sport, és kulturális központok, illetve lakóépületek és oktatási intézmény is helyet kap.

A Marosvásárhelyi Polgármesteri Hivatal honlapján közzétett adatok szerint a Jegenyesor utcában lévő 66.048 négyzetméteres telek a Romaris Kft. tulajdonában van. A cég elsősorban közúti áruszállítással és építőipari gépek bérbeadásá-

val foglalkozik, tulajdonosa Nițu Ioan Marcel, aki többek között a marosvásárhelyi szemétszállító, a Sylevy Cleaning társtulajdonosa is.

Az Arhitecton Kft. által 2025 novemberében készített dokumentációból kiderül, hogy bár az elmúlt években számos régi épületet lebontottak, a területen jelenleg is több tucat építmény található, elsősorban irodák, raktárhelyiségek, laboratóriumok és gyártócsarnokok,

tervezték, rendkívül masszív szerkezettel rendelkezik. A tervek szerint az újonnan épülő ingatlanok legfeljebb húszemeletesek lehetnek, a telek beépítettsége pedig nem haladhatja meg az 50 százalékot. A zöldövezet legalább az összterület 30 százalékát kell kitegye, a lakórész pedig nem haladhatja meg az ingatlan 20 százalékát.

A dokumentációban kiemelik, hogy bár a telek már most is könnyen megközelíthető, hiszen a Jegenyesor utcában van a tömegközlekedési vállalat 4-es, 10-es, 11-es, 12-es és 32-es járatainak végállomása, a városi körgyűrű a parcella másik oldalán halad majd át, ami fennakadásokat okozott a tervezésben. A 2022-ben elfogadott általános városrendezési terv (PUG) szerint az út nyomvonala ott ment volna, ahol épületek vannak, a tulajdonos azonban nem hajlandó lebontani ezeket, ezért a tervezők alternatív útvonalat javasoltak, ami csak minimálisan érintené a szóban forgó területet. Amennyiben a helyi tanács jóváhagyja a projektet, az övezeti rendezési terv öt évig lesz érvényes. Ez idő alatt a beruházónak meg kell szerezni az építkezési engedélyeket, és el kell kezdeni a munkálatokat.

Június 16-án, kedden telefonon és e-mailben is megkerestük a befektetőt, hogy bővebb információkat tudjunk meg a projektről, azonban a kérdéseinkre még nem érkezett válasz.

Bevásárlóközpont lesz az egykori kábelgyár helyén

Az Egyesülés negyedben zajló egyik legaktuálisabb beruházás az



Itt lesz a bevásárlóközpont

egykori Romcab kábelgyár területének átalakítása. A Maros Megyei Környezetvédelmi Ügynökség honlapján még 2025-ben közzétett adatok szerint az egykori gyár épületeit lebontják, és egy modern bevásárlóközpontot építenek a helyére. A befektető, a Valtecia Development Kft. közel 42 ezer négyzetméteren építkezik majd, ebből a munkálatok első szakasza összesen 17.367 négyzetmétert tesz ki. A tervek szerint a projekt két szakaszban valósul meg, és öt épületszárnyat foglal magába. A beruházás összártéke 53 millió lej (plusz héa), a kivitelezési határidő 2027. december.

Újabb lakópark lesz a volt üdítőgyár helyén

A polgármesteri hivatal honlapján közzétett övezeti rendezési terv szerint a Maco Construct Kft. az Egyesülés negyedbeli Hídvég és a Ion Vescan utcák között, az Ortophil környéken fog létrehozni egy lakónegyedet, ahol bölcsőde, óvoda, iskola, illetve lakóépületek és kereskedelmi egységek is helyet kapnak. Az Arhitecton Kft. által készített dokumentációból kiderül, hogy bár az elmúlt években a térség jelentős fejlődésen ment keresztül – elsősorban lakóhelyek szempontjából –, oktatási intézményekből jelenleg is hiányt szenved. Ez azt eredményezi, hogy a környékbeliek a város más részeibe kell vigyék gyerekeiket, ami tovább nehezíti a közlekedést, hiszen, mint írták, csúcsidőben a Maros-híd rendkívül zsúfolt, így az Egyesülés negyed már most is nehezen megközelíthető.

Annak érdekében, hogy az új lakónegyed gond nélkül megközelít-

hető legyen, a tervezők a Ion Vescan utca kibővítését javasolták, így az út két sávon kötné ezt össze a Hídvég utcával. Az út mentén járdákat és bicikliutakat is kialakítanak. A közzétett adatok szerint a telek összesen 1,69 hektáron helyezkedik el, és a befektető tulajdonában van. A dokumentumból az is kiderül, hogy a projekt teljes mértékben a beruházót terheli, és önköltségből fogja fedezni.

Szintén június 16-án kerestük meg a Maco Construct képviselőit is, azonban levelünkre tőlük sem érkezett még válasz.

A beruházásokról a Marosvásárhelyi Polgármesteri Hivatalnál is érdeklődtünk. Boros Csaba sajtószóvivő arról tájékoztatott, hogy mivel magánbefektetésekről van szó, a polgármesteri hivatal csak a szükséges engedélyeket adja ki, és nem rendelkezik bővebb információkkal a projektekéről.

Ennyit sikerült megtudnunk kintartó érdeklődésünk nyomán. Reméljük, hogy a tervek előreláthatólag tartalmazzák azt is, hogy miként oldják meg a környéken a közlekedést, a parkolást, és azt is, hogy az előírásoknak megfelelően zöldövezeteket is létrehozhatnak. Kétségtelen, hogy az említett fejlesztések miatt szükség van nem egy, hanem több hídra Marosvásárhelyen, mert jelentősen megnő az itt lakók száma, és ezáltal zsúfoltabb lesz a lakónegyed. Továbbra is kérdés marad az, hogy van-e a helyi önkormányzatnak ingatlanfejlesztési tanulmánya, amely pontosabb képet ad arról, hogy az igényeknek megfelelően szükség van-e új panelházak építésére.



A Romcab egykori bejárata

CSÜTÖRTÖKI KIMENŐ

Sebestyén Mihály

Ha a házba új lakó költözik, a régi (feltehetően kimeszelve) elhagyja addigi honát – az új ember pedig semmit sem szeret a megvásárolt, megszerzett, megörökölt, kibérelt lakásban. Átalakítási düh vesz erőt rajta. Az átalakítás természetesen a kényelmét és fényűzését kívánja szolgálni, amire az előző lakó (lakást lelakó) képtelen volt, nem tartott rá igényt. Más dolgokat is feltételez, amelyre nincs terünk, nem fejthetjük ki bővebben.

Marad viszont mesteremberek feltűnése, felvonulás és a nyomban színre lépő zaj, kopácsolás, fúróvisítás, bontás, zsinatolás, zörej, lezuhanó nehéz valamik, padlócsiszolás, ciklingelés és falfúrás, tipnik behelyezése a köz- és magánfalakba, meszelés, ablakcsere, plafonászerelés, huzalok, drótok és csövek beépítése, kivétele, a fürdőszoba átcsempézése, amely műveletek mind-mind robajjal, zakotával, dübörgéssel, rengéssel, kisebb cunami-effektussal, magas frekvenci-

ával, ütemes zsidbasztó vashorkolással járnak. Persze a lakás csak folyvást szépül és kényelmesedik, komfortosabbá válik, a kamra szűkül, olykor el is tűnik, a konyha tágul, a fürdőszoba kezd Karlovy Varyhoz hasonlítani, vagy legalábbis a monarchia egykor divatos fürdőhelyeihez simul kiépítettségben. Világításcsere, padlófűtés, macskazug, kutyapalota, beüvegezett patio. Toronyóra aranylánccal. (Már nem divat a vöröscsillag.)

Világos, hogy az irigység beszél belőlem. Ezt meg kell bocsátania az olvasónak. De az átalakításnak vannak szomszédspecifikus mellékhatásai, amelyekről, ha megkérdezzük orvosunkat vagy gyógyszerészüket, az a válasza, hogy el kell viselni, nincs mese, joga van lakását fenekestől felfordítani. A csend-órák erre a rövid (!!!) időszakra felfüggesztetnek, hiszen az állampolgár kényelmé és magánpalotájának növekvő funkcionalitása

Tömbházi jelenség

elsőrendű kívánalom, elsőbbséget élvez a régebbi lakók soha meg nem szerzett előjogaival szemben.

Ilyen mellékhatás a növekvő idegesség, és a gyakori kérdéscsere, melyre sem családtagjainktól, sem a hivatalos jósdáktól, az illetékes hatóságoktól nem kapunk választ: meddig tart még? Mi az istennyilat csinálnak most? Ezeknek semmi sem elég? Pont ebben az órában kell a bányászcsákánnyal és szénfejtőkalapáccsal munkába állniuk? Ezeknek semmi sem szent? Sztétverik a blokkot.

Másodsorban, nem halljuk egymás hangját – van ebben olykor némi vigasz is –, ám bátor a jelenségben benne foglaltatik a szenvedő állampolgár fülileg megállapított süketülő tendenciája is, nem lehet zenét hallgatni, nem tudjuk, mikor csengetnek, és nem halljuk meg a postás vagy egyéb közfeladatot ellátó faktor hozzánk való jószágát és indulatát. A folytonos remegéstől összekoccannak,

hangversenyt adnak Frida nagymama porcelán tányérkái, majolika éticsészei, amelyekből annak idején Bécsben/Pozsonyban/Lembergben ferenccsókában dédnagyapátok megkínálta Ferenc Ferdinándot, mielőtt az elsiertett volna Szarajevóba. Szegény. Ha akkor csak egy kicsit is totóják felmenőnk, nem tör ki az I. világháború.

De ez csak afféle mellékvonulat, a már említett új lakó valószínűleg egyszer csak befejezi a lakáskényelmesítést – elfogyott a pénze, megelégedte a mesteremberek packázását, tényleg elégedett a munkával –, és akkor áldott csönd lesz. Csupán a ház előtt szaporodnak meg a parkoló új gépkocsik, kiszűrjük, melyik az új fiúé-leányé, és a lépcsőházban a korláthoz láncolva többszöröződik a kerékpárok száma. Csak remélni tudjuk, hogy elférünk majd mellettük a banyatankkal, midőn a vásárból megrakottan hazacipekedünk. Abban is reménykedhetünk, hogy nem buliznak minden hétvégén. De ez aztán tényleg kiszámíthatatlan (utópisztikus) tényező.

Harmónia

A NÉPÚJSÁG HETI
EGÉSZSÉG-ÉLETMÓD MELLÉKLETE

SZERKESZTETTE: SÓFALVI SZIDÓNIA

„Harcoltam, és nem hagytam magam”

Vannak találkozások, amelyek után az ember óhatatlanul átértékeli saját mindennapi küzdelmeit. Szász Rozália története éppen ilyen: egy olyan nő portréja, aki nemcsak szembenézett élete legnehezebb próbatételével, a rákkal, de képes volt megőrizni nőiségét, derűjét és azt a megbonthatatlan akaratot, ami ma már sorstársai ezreinek ad reményt.

Sófalvi Szidónia

– *Hogyan mutatnád be magad egyetlen mondatban, a tisztségeid és egyesületeid nélkül? Ki áll a feladatok mögött?*

– Egy kifejezetten ambiciózus és akaratos nő vagyok, aki soha nem hagyja magát. Sok mindent megvalósítottam már, és úgy érzem, 44 évesen is bátran kijelenthetem: erős vagyok. Ez a törekvés egyébként régebben is megvolt bennem. Amikor a fiam egyéves lett, elmentem esti iskolába, így a gyerek mellett leérettségiztem, utána pedig elvégeztem a jogi egyetemet. Akkor még másképp képzeltem a világot; azt hittem, elhelyezkedhetek a néptanácsnál vagy a rendőrségen, de gyorsan kinyílt a szemem, amikor szembesültem vele, hogy sok helyre csak pénz útján lehet bejutni. Később hosszú ideig egy telekommunikációs cégnél dolgoztam, ma pedig a Gedeonnál vagyok, ami egy teljesen más, de nagyszerű terület. Szuper közösségünk van, a kollégáim rendkívül támogatóak és segítőkészek.

– *Az egyesületek neve Oameni Buni (Jó Emberek). Nehéz teher Marosvásárhelyen folyamatosan a „jó ember” szerepében létezni, és mások támaszának lenni?*

– Egyáltalán nem, mert mi már megszoktuk, hogy így próbálunk segíteni egymáson. Van egy WhatsApp-csoportunk, ahol azonnal áramlanak az információk: ha valakinek egy jó orvosra van szüksége, rögtön érkeznek a válaszok. Ez hatalmas segítség, amikor az ember teljesen el van veszve. Annak idején nekik köszönhetően én is sokat kaptam, bár az elején csak hátulról, „inkognitóban” nyomoztam utánuk, amíg végül bátorságot vettem, és egyedül elmentem hozzájuk. Akkor már túl voltam a kemoterápián és a sugárkezelésen is.

Sokan érkeznek úgy, hogy az elején egyszerűen nem tudnak vagy nem akarnak beszélni magukról, annyira padlón vannak lelkiileg, és csak sírnak. De amikor felszabadulnak, és látják, hogy mindenkinek ugyanaz a baja, az hatalmas energiát ad. Kívülről



Forrás: Szász Rozália privát archívuma

talán nem is látszik, de a találkozóinkon rengeteget nevetünk, megünnepeljük a születésnapokat, vagy éppen azt, ha valaki befejezte a kemót! Nem hagyjuk, hogy a betegség határozzon meg minket: jógázunk, tornázunk, és ha valaki elfárad, egyszerűen csak ott vagyunk neki. Ez a közösség nemcsak a gyógyulást, hanem a méltósággal megélt mindennapokat is jelenti. Ott nincs ítékezés, senki nem nézi, hogy kövér vagy-e vagy sovány, mert mindenki fél-szavakból is érti a másikat.

– *Amikor szembesültél a diagnózissal, mi volt a legmélyebb pont? Mi az a tulajdonságod, amit kevesen ismernek, mégis meghatározta ezt a harcot?*

– Nagyon érzékeny vagyok, és borzasztóan expresszív az arcom – sokszor mondom is tréfásan, hogy olyan vagyok, mint egy szemafor, rögtön meglátszik rajtam minden érzélem. Amikor megtudtam a diagnózist, az első este lényegében eltemettem magamat; már lelki szemeimmel láttam, ahogy nő raj-

terápia időszaka pedig kifejezetten kegyetlen volt. Ez a mérge még hét–nyolc évig benne lesz a szervezetemben. Voltak olyan köhögési görcseim a mellékhatásoktól, hogy még az asszisztensnő is megijedt. Kihullott az összes szőrzetem, még az orromból is, ami miatt állandóan csepegett az orrom, megfeketedtek a kezeim, és leestek a lábkörmeim. Ezek a változások borzasztóan megviselik egy nő lelki-világát.

– *Mégis, a közösségi médiában vagy a beszámolóid alapján sokszor mosolyogsz. Hogyan tudtad megőrizni a nőiességedet ebben az embert próbáló időszakban?*

– A haj elvesztése óriási megpróbáltatás volt. Parókat hordtam, ráadásul kipróbáltam többfélét is, de érdekes módon a műszálasat jobban szerettem, mint a természetes szálból készültet, mert jobban állt és nem csúszkált annyira. Bár a nyári hőségben borzasztó meleg volt alatta, és kegyetlenül viszkett.

Ami viszont igazán tartotta bennem a lelket, az a rúzs volt. Én mindig sminkelem magam, még a kemóra is tűzpiros rúzzsal mentem. Mondtam is mosolyogva az asszisztensnek a köhögőrohamok közepette, hogy már lassan elköhögöm a sminkemet, de ő is észrevette és értékelte, hogy próbálok tartani egyfajta csinosítást. Ha elmegegyek a fodrászhoz, vagy szépen kirúzszom magam, az ad egy olyan belső magabiztosságot, amittől úgy érzem, újra élek, és ettől válik őszintévé a mosolyom.

– *Mi volt az a pont az életedben, ami után azt mondtad: innen már semmi nem lesz ugyanolyan, mint régen? Mi vált hirtelen jelentéktelenné?*

– Már a diagnózis pillanatában tudtam, hogy minden megváltozik. Teljesen átrendeződött a prioritás, hogy mi a fontos az életben, és miért érdemes egyáltalán idegeskedni. Korábban állandóan rohantam: autóval munkába, onnan sietve vásárolni, haza... esélyem sem volt megállni. Ha te magadtól nem akarsz lassítani, az élet valahogy úgy behúzza a kéziféket, hogy muszáj lesz megállnod. A kemó alatt, amikor rákényszerültem a pihenésre, annyit sétáltam a negyedben, hogy olyannak éreztem magam, mint egy nyugdíjas. Csodáltam mások ablakait, meghallottam, hogy csicseregnek a madarak – ezeket korábban észre sem vettem!

Hirtelen az is teljesen jelentéktelenné vált, hogy ki mit mond vagy gondol rólam. Emlékszem az első önálló lépésekre: rettenetesen nehéz volt paróka nélkül, egészen rövid hajjal kilépni a nyilvánosság elé. Úgy éreztem, minden szem rám szegeződik az utcán. De összeszedtem a bátorságom, egyedül vágtam neki az útnak, és nem néztem se jobbra, se balra. A végén annyira büszke voltam magamra, hogy még egy szelfit is lőttem a barátoknak: „Na nézzétek, kint vagyok a szabadban!” Ma már nem aggódom apróságokon; például ha eltörne egy 400 lejes parfümöm, nem idegeskednék rajta, hisz csak egy tárgy, meg lehet venni másikat. Nem dől össze a világ.

– *Viszonylag tabu még a rák? Szerinted miért hallgatnak róla annyian?*

– Bár ma már jobb a helyzet, sokan még mindig titkolják és szégyellik a betegségüket. Pedig ez

nem ragályos, és egyáltalán nem szégyen! Az emberek legnagyobb hibája az, hogy azt hiszik, velük ez soha nem történhet meg. Kifogásokat keresnek: nincs idejük szűrésre járni, vagy azt mondják, amíg nem fáj semmi, addig nincs baj. Nekem sem volt semmilyen tünetem, nem fáj semmi, és a családomban sem fordult elő korábban daganatos megbetegedés. Mégis, amikor rutinkontrollra mentem, már a kettes stádiumban jártam. A rák nem válogat: lehetsz te igazgató vagy takarítónő, sajnos bárkit utolérhet. Épp emiatt kampányolunk azért, hogy menjenek el az emberek a szűrésekre, mert a korhatár egyre csak csökken, és ha már fáj, akkor sokszor sajnos elkéstünk.

– *Az onkológiai kezelések elvileg ingyenesek. Mégis, a tapasztalatod szerint hol vannak a rendszer legnagyobb hiányosságai?*

– Ez egy nagyon fájó pont. Azt mondják, hogy az onkológiai ellátás ingyen van, de a valóság az, hogy ez csak a jéghegy csúcsa.

Ezen felül rengeteg mindenne van szükség: a mérge drága genetikai analízisektől kezdve a speciális gyógyszerekig, amiket az állam nem mindig térít meg. És akkor a járulékos, mindennapi költségekről még nem is beszéltünk. Az egyesületünkben pontosan látjuk, milyen embert próbáló ez anyagilag a családoknak. Volt olyan betegünk – szegény azóta már elhunyt –, akinek olyan drága gyógyszerre lett volna szüksége, amit nem támogattott a biztosító, ezért maratont futottunk, és kézműves termékeket árultunk, hogy összegyűjtsük rá a pénzt. Mi ott vagyunk egymásnak, amikor a rendszer cserbenhagy.

– *Amikor a környezeted azt hiszi, kifogyhatatlanok a tartalékaid, honnan merítesz erőt? Volt olyan pillanat, amikor legszívesebben mindent feladtál volna?*

– Soha nem volt olyan, hogy feladjam! Bár a kemó alatt borzasztóan éreztem magam, és sokszor csak az ágyban ültem bágyadtan, a két macskám dörömbölt mellettem, a gyermekem pedig rendszeresen benézett hozzám, hogy tartsa bennem a lelket. Olyankor is azt hajtogattam magamban: nekem még dolgom van, nekem még élni kell! Még világot akarok látni, kirándulni, és a fiamat el kell indítanom a nagybetűs életben.

A legnagyobb menedékem egyébként az utazás. Menjek, lásak, járjak – ez az, ami igazán feltölt. Nemrég például megmáztuk a szaploncai (Săpânța) kört, tizen-nyolcezer lépést tettünk meg a hegyekben! Emellett óriási erőt adott a munkahelyem, a Gedeon Richter is; a főnökeim és a kollégáim anyagilag és pszichésen is végig mellettem álltak, támogattak a bajban.

– *Ha egyetlen mondatdal kellene összefoglalnod azt az üzenetet, amit a világnak át akarnál adni, mi lenne az?*

– „Trăiește clipa!” – Ez az egyesületünk egyik hivatalos szlogenje is. Élvezd az élet minden apróságát, örvendj mindennek, ami jó. És soha ne érdekeljen, ki mit mond! Ezt nagyon nehéz megtanulni, de muszáj, mert ha a lelked jól van, az kívül is látszani fog. Most ugyan fáradt vagyok, rengeteg gyógyszert szedek a mai napig, de harcoltam, végigcsináltam, és végtelenül büszke vagyok magamra. Nem hagytam magam, és remélem, soha nem is fogom!

Több mint kalóriaszámlálás

A táplálkozás nemcsak a testsúlyunkat befolyásolja, hanem közvetlen hatással van a sejteink működésére, az immunrendszerünkre és a szervezetünkben zajló gyulladásos folyamatokra is. Mivel a daganatok kialakulása hosszú évekig tart, az életmód és az étrend jelentősen csökkentheti bizonyos ráktípusok kockázatát. **Simon Csenge-Alexandra** dietetikushallgatóval arról beszélgettem, miként támogathatjuk egészségünket a mindennapi döntéseinkkel.

Sófalvi Szidónia

A láthatatlan ellenség: a krónikus gyulladás

A krónikus gyulladás egy alacsony fokú, tartós állapot, amely hónapokon vagy éveken keresztül, teljesen észrevétlenül állhat fenn a szervezetben. Kialakulását a túlsúly, a mozgásszegény életmód, a dohányzás, a stressz, valamint az ultrafeldolgozott élelmiszerek, a cukros italok és a feldolgozott húsok fogyasztása serkenti. Ez a kedvezőtlen környezet nagyban hozzájárul a krónikus betegségek és a daganatok megjelenéséhez. Ezzel szemben a zöldségekben, gyümölcsökben, hüvelyesekben, teljes értékű gabonákban és magvakban található rostok, vitaminok és fitokemikáliák támogatják a sejtek egészségét és a bélflóra egyensúlyát.

– A gyulladáscsökkentő szemléletű táplálkozás ezért elsősorban nem egy speciális diétát jelent, hanem azt, hogy étrendünk alapját minél több növényi eredetű, természetes, rostban gazdag élelmiszer alkossa, miközben csökkentjük a feldolgozott termékek fogyasztását – mondja.



Fotók: Simon Csenge-Alexandra privát archívuma

Ez a fajta tudatosság hosszú távon az általános egészség megőrzésében is kiemelten fontos szerepet játszik.

A bélrendszer egészsége és a mediterrán életmód

A mediterrán étrendet az egyik legegészségesebb mintának tartják, mivel igazoltan csökkenti a szív- és érrendszeri betegségek, a cukorbetegség és a krónikus gyulladások kockázatát. Hatékonysága a sokféle gyulladáscsökkentő összetevő – a zöldségek, gyümölcsök, hüvelyesek, a teljes értékű gabonák, az olívaolaj, a magvak és a halak – együttes erejében rejlik. Ezek az élelmiszerek természetes módon rostokban, antioxidánsokban és egészséges zsírsavakban gazdagok.

Ennek a hatásnak az egyik kulcsa a bélrendszer egészsége. A magas rosttartalom táplálja a jótékony bélbaktériumokat, amelyek a rostok fermentálásával olyan rövid szénláncú zsírsavakat termelnek, mint a butirát, a propionát és az acetát. Ezek a vegyületek táplálják a bélhámsejteket, védik a bélfal épségét, és támogatják az immunrendszert, miközben az olívaolaj és a halak omega-3 zsírsavai szintén szabályozzák a gyulladásos válaszokat. Ez nem egy szigorú diéta, hanem egy hosszú távon fenntartható, mindennapi döntésekre épülő életmód.

Szivárvány a tányéron: kalóriák helyett színek

A „szivárványszínű táplálkozás” lényege, hogy a különböző színű növények eltérő hatóanyagokat és antioxidánsokat tartalmaznak, melyek védik a sejteket az oxidatív stresszel szemben. A narancssárga zöldségek béta-karotinja az immunrendszerhez és a látáshoz szükséges A-vitaminná alakul, a piros paradicsom likopint, a lila és kék bogyósok antocianinokat, míg a sötétzöld leveles zöldségek folátot és karotinoidokat biztosítanak a sejtek működéséhez.

A kulcs a változatosság, ezért érdemes arra törekedni, hogy minden főétkezés tartalmaz-

zon valamilyen zöltséget vagy gyümölcsöt. Ez a gyakorlatban egyszerű, hiszen reggel kerülhet bogyós gyümölcs a zabkásába, ebédre vegyes saláta a főétel mellé, vacsorára pedig friss vagy párolt zöltség a tányérra. Ezek az apró döntések hosszú távon csökkentik a daganatos betegségek kockázatát.

– *Javaslom, hogy ne a kalóriákat számoljuk elsőként, hanem a színeket. Ha egy tányéron megjelenik a zöld, a piros, a lila, a narancssárga és a sárga szín, akkor nagy valószínűséggel már tettünk valamit azért, hogy változatosabb és egészségesebb legyen az étrendünk* – emeli ki Csenge.

A feldolgozott húsok kockázata és a rostús alternatívák

A WHO a feldolgozott húsokat, mint a felvágottakat, szalámikat és virsliket a bizonyítottan rákkeltő kategóriába sorolta, mivel rendszeres fogyasztásuk összefügg a vastagbélrák kockázatával. Ennek hátterében a húsparban alkalmazott nitrítes pácsók, a füstölési eljárások és a magas sótartalom állnak. Nem szükséges őket teljesen száműzni, de érdemes tudatosan nitrít- és adalékmentes termékeket választani. A szakember a vásárlási szokásairól is vallott: – *Ha valamiben nitrítet és nitrátot látok, inkább visszatesszem a polcra.*

Jó alternatíva lehet szendvicsfeltétnek a sült hús, a tojás, a minőségi sajtok, valamint a zöltség- és hüvelyesalapú krémek, például a hummusz vagy a padlizsánkrém. A finomított lisztből készült termékek és a hozzáadott cukor azért is problémásak, mert kiszorítják az étrendből a rostokat. Pedig a rostok csökkentik a gyulladást, védik a bélfalat, növelik a teltségérzetet, és kedvezően hatnak a vércukor- és koleszterinszintre. Már az is sokat számít, ha a köretek egy részét rostúsabb alternatívákra, például barna rizsre, bulgurra, quinoára, hajdinára vagy teljes kiőrlésű tészta cseréljük, és figyelünk rá, hogy a tányér felét zöldségek tegyék ki.

Zsírok és konyhai praktikák

A zsíroktól nem kell félni, hiszen nélkülözhetetlenek, csupán a típusukra kell figyelni. A transzzsírok és a bő olajban sült ételek fokozzák a gyulladást, ám a kedvező ételeink elkészíthetők egészségesebben is sütőben vagy airfryerben (forró levegős sütő). Ezzel szemben a telítetlen zsírsavak, mint az extra szűz olívaolaj, a diófélék, az avokádó és a tengeri halak kifejezetten szívvédő és gyulladáscsökkentő hatásúak.



A süti technikákra is ügyelni kell, mert a túl magas hőmérsékleten odaégetett húsokban rákkeltő vegyületek keletkeznek. A zöldfűszeres, például rozmaringot, kakukkfűvet, fokhagymát és kurkumát tartalmazó pácsók antioxidáns-tartalmuk révén jelentősen mérsékelik ezeknek a káros anyagoknak a képződését, a hús mellé helyezett grillzöltségek pedig tovább növelik a rostbevittelt.

Helyi termékek és a legfontosabb lépések

Nem szükséges drága bió alapanyagokat vásárolni, a helyi piacon beszerezhető, szezonális zöldségek és gyümölcsök a természetes érisi folyamat miatt gyakran ízletesebbek és tápanyagúsabbak. Az életmódváltást sosem késő elkezdni, hiszen már néhány hét alatt javulhat az energiaszint, a közérzet és az emésztés, hónapok alatt pedig a gyulladásos folyamatok csökkenése is mérhetővé válik a szervezetben. Nem tökéletességre, hanem következetességre kell törekedni.

A dietetikus zárásként két fő gyakorlati lépést emelt ki: az első az Okostányér-ajánlás követése, eszerint a tányér felét zöldségek és gyümölcsök, egynegyedét fehérje, a másik egynegyedét pedig lassan felszívódó szénhidrát tegye ki. A második lépés a feldolgozott élelmiszerek csökkentése, mivel minél rövidebb egy termék összetevőlistája, annál közelebb áll a természetes formájához. A táplálkozás mellett a megfelelő folyadékbevitel, a mozgás, az alvás és a stresszkezelés is elengedhetetlen, hiszen az egészség a mindennapi kis választásaink összességén múlik.

Ülj le a kőre!

A közösség ereje a kiégés ellen

Az önzetlen segítség, a mindennapi kimerülés és a támogató emberi kapcsolatok fontossága állt annak a rendezvénysorozatnak a fókuszában, amelyet június 12-én, pénteken tartottak meg Marosvásárhelyen, az alsóvárosi református templom közösségi terében. A délutáni alkalmak egy nemes jubileum köré szerveződtek, és a segítők belső erőforrásaira, valamint a közösség megtartó erejére irányították a figyelmet.

Sófalvi Szidónia

A program 17 órakor egy különleges mérföldkő megünneplésével vette kezdetét: az „Apold, add tovább!” elnevezésű jubileumi rendezvényen az egyházközség a fogyatékkal élőkért indított programjának 5. évfordulójára emlékezett vissza. Az alkalmon Jakab István lelkipásztor ígét hirdetett, majd köszöntőt mondott Csenteri Levente esperes, Makkai Péter lelkipásztor, Imreh Jenő alsóvárosi lelkipásztor, Veress Zoltán Róbert presbíter, valamint Vajda Lajos presbíter. A rendezvény fényét emelte, hogy az alsóvárosi ifisek bemutatták a Kezek című megható pantomimdarabot.

Ez a jubileumi alkalom adta meg a tökéletes felvezetést a 19 órakor kezdődő telt házas előadáshoz, amelyen dr. Tapolyai Emőke pszichológus kifejezetten a segítők kimerülésével, belső erőforrásaival és kapaszkodóival foglalkozott. A

szakember rávilágított arra, hogy miért elengedhetetlen az önismeret és a valódi közösség a mindennapi kihívások túléléséhez.

Dr. Tapolyai Emőke pályája során rengeteg nehézséggel és emberi szenvedéssel találkozott. Előadásában külön kitért azokra a hétköznapi hősökre – például a különleges nevelési igényű gyermekeket nevelő szülőkre, pedagógusokra és segítő szakemberekre –, akik számára a mindennapi élet az átlagnál sokkal nagyobb kihívást jelent. Hangsúlyozta, hogy az ő küzdelmeik és folyamatos helytállásuk sokszor láthatatlan a külvilág számára.

A közösségi média illúziója és a saját határaink

A szakember rámutatott egy modern kori csapdára: a közösségi média azt a tévhitet kelti bennünk, hogy egy tökéletes világban élünk, ahol mindenki más élete kerek és problémamentes. A valóság ezzel

szemben az, hogy mindannyian küzdünk, mindannyian kapunk és okozunk sebeket. Ha tudatosítjuk magunkban, hogy a fáradtság általános tapasztalat, és nem vagyunk egyedül a problémáinkkal, máris könnyebb hordozni a saját terheinket.

A pszichológus kiemelte a saját határaink beismerésének fontosságát: az egészséghez hozzátartozik, hogy energia, idő és odafigyelés szempontjából tisztában legyünk a korlátainkkal. Sokszor saját magunkat ítéljük el, amiért nem bírjuk tovább a terhelést, ráadásul a társadalmi elvárások és a környezet visszajelzései is fokozhatják a megfélemlési kényszert vagy a szégyenérzetet.

Test és lélek egyensúlya: az öngondoskodás felelőssége

A mentális egészség szorosan összefügg a testünk állapotával. A fizikai kimerültség egyértelműen kihat a belső küzdelmeinkre: a fáradt ember türelmetlenné válik, torzán látja a világot, idővel pedig alvászavar, szorongás és kimerültség jelentkezhet nála.

Dr. Tapolyai arra figyelmeztetett, hogy meg kell tanulnunk törődni magunkkal, ami nem önzés, hanem felelősség. Ha egy édesanya kime-

rül, az az egész családra kihat; ha egy vezető roppan össze, azt az egész közösség megérzi. Szükség van arra, hogy időnként tudatosan megálljunk, levegyük a páncélt, és megengedjük magunknak a pihenést és a feltöltődést.

Visszatérés a „kispadok világához”

De honnan meríthetünk erőt a folytatáshoz? A szakember két fő irányt javasolt. Egyrészt érdemes visszatekinteni a múltba, és számba venni azokat a belső erőforrásokat és apró tevékenységeket (legyen az olvasás, alkotás, kertészkedés), amelyek korábban már igazoltan segítettek a nehezebb időszakokban.

Másrészt elengedhetetlenek a hús-vér kapcsolatok. Bár a virtuális térben azt hisszük, rengeteg bará-

tunk van, valójában egyre magányosabbak vagyunk, és elfelejtettünk egymás szemébe nézve igazán jól beszélgetni. Dr. Tapolyai szerint vissza kellene hozni a házak előtti „kispadok világát”, a személyes történetek megosztását, amelyek sokkal gyógyítóbbak bármilyen közösségi médiás bejegyzésnél.

A kutatások is egyértelműen igazolják, hogy a valahová tartozásnak és a támogató közösségnek mekkora megtartó ereje van, amit az alsóvárosi egyházközség 5 éve működő, példaértékű kezdeményezése is hűen bizonyít. Az alkalmak során egy elgondolkodtató kérdés is elhangzott: van-e az életünkben legalább három olyan ember, akit a legnagyobb bajban bármikor felhívhatunk? Ha igen, a megosztott terhek által már nem vagyunk egyedül a küzdelmeinkben.



Írisz Ház

Forrás: Diakónia Sepsiszentgyörgy Facebook-oldala

Enikő receptjei

Rózsa Enikő

TEPSIS BŐRÖS DISZNÓKARAJ

A bőrös disznókarajt alaposan megmosom, szeletem. Kiitatom belőle a fölösleges nedvességet, bepácolom, egy éjszakára hűtőbe teszem. A pácot így készítem: egy fej lilahagyma nagy cikkeiben, 12 cikk fokhagyma, 1 kisebb paprika szeletelve, só, szemes bors, babérlevél, kevés rozmarin, 2 dl vörös bor. A hússzeleteket mustárral, tejföllel mindkét oldalon megkenem, sózom, borsozom, a pácba helyezem, 1 dl olajat is adok hozzá. Jól beleforgatom, másnap a tepsit megkenem zsírral, ráhelyezem a hússzeleteket, ráöntöm a zöldséget, a levét, 2 dl vizet adok hozzá. Lefóliázom, közepes lángon 1 órát párolom. Ekkor leveszem a fóliát. Ha puha még, fólia nélkül pirosra sütöm. Friss káposztasalátával, friss kenyérral a leg-



finomabb! A saftja igazi ínycséség! Friss kenyérrre kenve, csípős paprikával nagyon jó párosítás!

ZSENGE ZÖLDBORSÓLEVES ÚJMUROKKAL, ÚJKRUMPLIVAL, CSIPETKÉVEL



1/2 dl olajon egy fej apróra vágott hagymát, négy, karikára vágott új murkot megdinsztelünk. Megszórjuk ízlés szerint pirospaprika porral, kevés borssal, 1 kávéskanál liszttel, és feltöltjük kb. 3 l vízzel. Hozzáadunk 2 nagyobb újkrumplit kockázva, és 50 dkg friss zsenge zöldborsót, 3 tyúkhúsleveskockát vagy kevés vegetát. Kb. 15 perc alatt mindent puhára főzünk. Egy tojásból, sóból, lisztből csipetkétészttát kavarnak. Ha keményebbre készítjük, akkor belecsípkedjük a levesbe. Én most picit lágyabba készítettem, morkáskanál segítségével szaggattam a levesbe. Egy nagy csokor petrezselyemzöldet apróra vágok, és a leveshez adom. Tálaláskor csipőspaprikakrémmel, csipőspaprika-karikával fűszerezhetjük.

EPERKOMPÓT

A keményebb, nagyobb szemű epreket alaposan megmosom, üvegekbe rakom. Üvegenként 2 evőkanál cukrot, csipetnyi citromsót szórok, illetve nagyon kevés szalicilt. Két ujjnyi vizet töltök rá. Egy tepsit vékonyabb ronggyal kibélelek, belehelyezem az üvegeket, feltöltöm vízzel. Látjuk, hogy kb. mennyi fér a tepsibe, hogy forráskor ne fröcsögjön ki. Az üvegek tetejére vizes rongyot teszünk. Forrás után kb. 30 percig dunsztolom. A felső rongyot dunsztolás közben ki szoktam cserélni. Tejberizshez, tejbegrízhez kiválóan illik. Télen gyümölcslevesbe, öntethez, gyümölcsmártáshoz, sajtortába stb. használom.



ALMAPÜRÉTORTA

Gyors, morzsából készülő süti alapot készítek. Akik nem szeretnek sütni, azoknak is menni fog. 20 dkg 82%-os vaját 45 dkg liszttel, csipet sóval, 1/2 tasak sütőporral össze-morzsolok. Egy kerek tortaformát alul és oldalt kivajazok. A morzsaalap felét rászórom



a forma aljára, megszórom 3 evőkanál zabpehellyel, 3 evőkanál barna cukorral, fahéjjal. Erre rakom a 3 üveg (2dl) almapürét, ami kisebb darab almát is tartalmaz. Rákenem a morzsamasszára. Nekem volt kész almapürém, ezt használtam, de készíteni is szoktam. 2 kg hámozott, kockázott alma, 5 evőkanál cukor, 1 pohár méz, 1 citrom leve, 1 dl víz. Folytonosan kavargatva megpároljuk kb. 10 perc alatt az almát, majd botmixerrel pürésítjük. Én úgy kedvelem, hogy kis darabkák is legyenek benne. Miután rákenem az almapürét, 1 tasak vaníliás pudingport, 2 evőkanál darált mandulát, 1 tasak (80 g) vaníliás porcukrot szórok rá, majd rászórom a maradék morzsaalapot. 3 tojást 1 dl tejszínnel felverek, rácsorgatom a tetejére. 180 Celsius-fokon 10 percig, majd 160 fokon 30 percig sütöm. Aki édesebben kedveli, tálaláskor megszórhatja porcukorral.

Jó étvágyat kívánok!

Színekkal megtölteni a nyarat

Júniusban a nyár beálltával a kertek, udvarok és teraszok végleg megtelnek élettel, a hobbikertészek pedig gőzerővel csinósítják saját zöld oázisukat. Ez az az időszak, amikor a tavaszi munka gyümölcse lassan beérik, ám a nyári forróság elleni védekezés és a növények túlélési stratégiája is pontosan most dől el. A nyár eleji szezon kihívásairól, a leggyakoribb ápolási hibákról és a fenntartható növénygondozásról Szász Kincső Hanna, a Bloom Up Garden fiatal dísznövénytermesztője osztotta meg tapasztalatait, aki párjával, Horváth Zoltánnal a kertészetükben immár a harmadik szezon indítja el.

Sófalvi Szidónia

A júniusi színekavalkád felelősei

A nyár elején a legtöbb kerttulajdonos olyan fajtákat keres, amelyek látványos, dús és tartós díszei lehetnek a környezetnek. Hanna elárulta, hogy az ő júniusi kedvencei közé a petúnia és a hortenzia tartozik, elsősorban a rendkívül gazdag és élénk színviláguk miatt.

– Imádom azokat a növényeket, amelyek sok virágot hoznak, és az egész nyarat megtöltik színekkel – vallja a termeszto.

Bár a vásárlói igények és a piaci trendek rendkívül változatosak – hiszen a tapasztalatok szerint van, aki kizárólag a letisztult, elegáns zöld növényeket kedveli, míg mások a minél színesebb, virágba borult fajtákat keresik –, a hosszú távú siker és a fenntarthatóság érdekében érdemes megfontolni az évelő növények választását. A szakértő egyértelműen az évelők mellett voksol: amennyiben megvan a kellő alapfokú tudásunk a gondozásukhoz, ezeket a növényeket rendkívül könnyű a következő évben is újra virágzásra bírni. Ezzel nemcsak pénzt spórolhatunk meg, de sokkal hálásabb, állandóbb részei lesznek a környezetünknek.

A júniusi öntözés alapszabályai

Ahogy beköszöntenek az első igazi, tikkasztó nyári melegek, az öntözés minősége és rendszeressége válik a legkritikusabb kerti feladattá. A növénytermesztő tapasztalatai szerint a legnagyobb és leggyakoribb hiba, amit a hőségben elkövethetünk, ha a vízigényesebb növényeknél elmulasztjuk a megfelelő vízellátást, és hagyjuk őket folyamatosan kiszáradni. Ez a fajta rendszertelenség komolyan megviseli és stresszeli a növényi szöveteket, ráadásul a növekedési folyamatokat is jelentősen lelassítja.

A megfelelő vízmennyiség biztosítása mellett a pontos időzítés is kulcskérdés. A növények egészségének megőrzése és a víz hatékony felhasználása érdekében a legideálisabb



időpont az öntözésre vagy a korán reggeli órákban van, vagy pedig késő este, közvetlenül azelőtt, hogy a nap végleg lebukna a horizont alá. Ha ezekhez az időpontokhoz tartjuk magunkat, megakadályozhatjuk, hogy az öntözővíz azonnal elpárologjon a forró föld felszínéről, vagy hogy a tűző napfény és a vízcseppek kombinációja szó szerint megégesse a növények kényes leveleit.

Az atombiztos választás kezdőknek

Azoknak a hobbikertészeknek, akik még csak most ismerkednek a növények világával, vagy egyszerűen olyan fajtát keresnek, amely minimális törődéssel és korlátozott öntözéssel is garantáltan átvészeli a nyári kánikulát, a levendula jelenti a tökéletes, „atombiztos” megoldást. Hanna kifejezetten ezt a növényt ajánlja a kezdők számára, mivel a levendula rendkívül szívós, nagyon kevés vízzel is beéri, és kifejezetten jól bírja a meleget. Kiváló választás lehet sziklakertekbe, ágyások szélére, de akár cserépben, a teraszon nevelve is, így a legkevesebb tapasztalattal rendelkezőknek is garantált sikerélményt biztosít a nyári hónapokban.

A kulisszák mögötti kőkemény munka

Kívülről nézve a virágnevelés romantikus, megnyugtató elfoglaltságnak tűnhet, de a valóságban komoly fizikai megterheléssel jár. Hanna nyíltan beszél arról, hogy a mindennapok egyáltalán nem csak a szép szirmok csodálásáról szólnak.

– A legnehezebb fizikai része talán a cipekedés, hordani a földet, cserepeket, és nagy melegben sem a legkellemebb dolgozni. Ezeket emelném ki leginkább – mondta.

A nehézségeket azonban egyszerűen át lehet hidalni jó munkamegosztással. Mint meséli, a kertben akadnak könnyebb feladatok is, és ezeket a teendőket mindig szigorúan elosztják a párjával, hogy egyikük se fáradjon el túlságosan a nap végére.

A kőkemény munkáért és a hőségben való helytállásért viszont bőségesen kárpótolja őket a természet látványa, amiért minden áldott nap érdemes elkezdni a munkát.

– A folyamat. Talán ezt szeretem a legjobban, minden nap feltűnik, mennyit nőttek a növények. Hihetetlenül gyorsan tudnak fejlődni. Ezért is várom, hogy mindennap befejezzem a munkát, és mehessek ellenőrizni, hogy hány új hajtást eresztettek, vagy csak éppen mekkorára nőttek. Emellett az illatok is nagyon csábítóak tudnak lenni – teszi hozzá.

Fiatalon a szakmában

Annak ellenére, hogy a vállalkozás még fiatal, a kliensekkel való kapcsolat kifejezetten pozitívan alakul. Bár kifejezetten vicces vagy furcsa szituációkba még nem kerültek, a

vásárlók részéről áradó szeretet és támogatás mindenért kárpótolja őket. Hanna elmondása szerint mindenki, aki csak náluk járt és tőlük vásárolt, egy-egy kedves, elismerő szóval támogatta őket abban, hogy ilyen fiatalon belevágtak a kertészkedésbe és a termesztésbe. Sokan külön megdicsérik a nevelt virágokat is, ami a fiatal természetőnek elképesztően jólesik, és hatalmas motivációt, illetve löketet ad a folytatáshoz.

Ez a pozitív visszacsatolás különösen fontos, hiszen a dísznövénytermesztés ötlete eredetileg nem egy gyerekkori álomból fakadt. Hanna elárulta, hogy korábban egyáltalán nem akart mezőgazdasággal foglalkozni, és a dísznövénytermesztés sem volt a tervei között.

– Elég érdekes, mert sosem akartam mezőgazdasággal foglalkozni – azon belül főleg nem volt tervben a dísznövénytermesztés –, de szerettem volna magunknak valamit, ami a miénk, amit mi irányítunk, és lehetőleg idővel meg tudunk belőle élni – emlékszik vissza a kezdetekre.

Mivel a szülők támogatásával egy biztos alapként szolgáló földterület állt a rendelkezésükre, úgy döntöttek, tesznek egy merész próbát, mondván, egy kísérletet megér. Ez a bátor és határozott lépés mára mély elköteleződéssé és valódi, hamszítatlan szerelemmé alakult: a növények gondozása olyannyira a mindennapok részévé vált, hogy a fiatal természető mostanra minden szabadidejét és a szabadnapjait is boldogan a növények között tölti, figyelve az élet folyamatos megújulását.



Forrás: Szász Kincső Hanna privát archívuma

Egy kém zenéje 9.

Szilágyi Mihály

1947. június 27-e különleges nap volt Theremin életében. Addig hivatalosan elítélt volt, és fogolyként élt – igaz, luxuskörülmények között, de korlátozott mozgással. Ezen a napon hivatalosan is szabad ember lett, mert a Különleges Tanács törölte a vádat, és feltételek nélkül szabad embernek nyilvánította. Érdekes volt azonban ez a szabadság, mert Theremin állambiztonság szempontjából kiemelten fontos ember volt, ugyanakkor számtalan államtitok pihent az emlékezetében, ezért továbbra is nagy körültekintéssel bántak vele. Szabadulása pillanatában megkapta a Sztálin-díj legmagasabb fokát, pedig Berija csak a második fokozatra terjesztette fel. Sztálin azonban átírta Berija ötletét. Már ekkor érezhető volt, hogy Sztálin és Berija között lappangó hatalmi ellentétek szövődtek, és valószínű, Sztálin azért emelte meg a díjat, hogy egy esetleges politikai konfliktus esetén Theremin az ő oldalán szolgáljon.

A Sztálin-díj nem csak – titokban tartott! – elismerés volt, hanem tekintélyes anyagi jutalommal is járt. Moszkvában az Állambiztonsági Minisztérium lakótelepén kétszobás lakást utaltak ki számára, amihez államilag fizetett szobalányt is rendeltek. Ilyen megtiszteltetés csak a kivételesen magas rangú személyeknek járt. A lakás mellé százezer rubel pénzdíj is társult, ami mai árfolyamon körülbelül 250.000 eurónak felelt meg. Érződött, hogy az állam kárpótolni akarta a tudóst az elszennvedett fogság miatt. Szabadságát is visszakapta, de mozgásterét kontrollálták. Bár szabadon lakhatott a városban, Moszkvát nem hagyhatta el.

Az állam szemében kulcsfontosságú Theremin minden lépését, minden szavát ellenőrizték. Szüleiről, rokonairól semmit sem tudott, nem is engedték, hogy érdeklődjön utánuk. Feleségével sem vehette fel a kapcsolatot. Szabad emberként azzal szembesült,

hogy a fogolyélet szakmai szempontból jobb volt, mint a szabadság. Hiányzott neki az a fajta kutatómunka, ahol valóban jól érezte magát; hiányoztak a különleges elektroncsövek, a sajátos eljárások, a minőségi alkatrészek és eszközök. Szabad emberként rá kellett jönnie, hogy mindezek teljesen elérhetetlenek számára. A titkos laborokon kívül semmilyen használható mérőműszer vagy szerszám nem volt elérhető az országban. Nem csoda, hogy Theremin kérvényezte, helyezték vissza egykori példaképe, Joffe titkos atomkutató intézetébe.

Berija lecsapott a tudós kérésére. Tudta, hogy Theremin kiváló szakember, hasznos lesz az atomkutatás terén, de őt nem csak az államérdek vezérelte, hanem öncélú volt. Csak úgy hagyta jóvá Theremin kérését, ha a tudós Sztálin dolgozószobáját és magánlakrészét is az utolsó szegletig bepoloskászza. Bár Berija és Sztálin között látszólagos volt az egyetértés, Sztálin mindent tudott Berijáról, emiatt kellett a lehallgató rendszer, hogy Berija is minél többet tudjon Sztálinról. Berijának volt oka az aggodalomra, mert Sztálin tudott minden aljas paráznságáról, melyek egy esetleges konfliktus esetén kellő mennyiségű érvet jelentenének a kivégzéséhez. Ezek ellensúlyozására ő is igyekezett adatokat gyűjteni. Amikor Sztálin hétfégi házában pihent, Theremin tökéletes munkát végzett. Nem csak a megjelölt helyiségeknek nőtt kivételes éleshallású fülük, hanem mindennek, ami Sztálinnal kapcsolatos volt: a hétfégi házat, az autóját, a fürdőt, az udvart, a padlást, a pincét, szóval valóban mindent.

Azt is tudta Berija, hogy Sztálin rendkívül óvatos, és a nagyon fontos dolgokat csak séta közben közli partnereivel. Theremin utasítást kapott, hogy oldja meg a kinti lehallgatás kérését. Theremin olyan ember volt, aki csak ellenállások, tekercek, kondenzátorok, elektroncsövek és hasonlók világában élt, és úgy szötte az áramkörök pókhálószeit, hogy az

alkatrészek neki dolgozzanak. Ebben lelte örömét. Veszedelmes elme volt, mert olyan műszereket épített, melyek mikrofonjai akár másfél kilométer távolságból tökéletesen hallhatóvá tették a célzott személy beszélgetését.

Sztálin meg szintén ravasz ember volt. Elég volt neki figyelnie Theremin mozgását, mindjárt egyértelművé váltak az összefüggések számára. Különös módon Theremint sokkal értékesebb embernek látta annál, minthogy eltegye láb alól, pedig lett volna lehetősége rá. Hogy Berija továbbra se érezze nyeregben magát, Sztálin egy-egy olyan helyen, ahol ritkán jelez hangot a műszer, csak élcelődve mondta a falnak – aminek valóban füle volt –, hogy „a miniszter elvtárs csak teszi a dolgát. Ha arra kerül a sor, ügyvis gyorsabb leszek nála”.

Theremin bekerült a teljesen titokban működő Atomkutató Intézetbe. Tudta, hogy ezzel minden szabadságát elveszti, de legalább elemében érezhette magát, és ott voltak eszközök, okos partnerek. Mivel a kutatókat egymástól elszigetelten folytatták, egy helyen csak néhány tudós dolgozott, csupán velük került kapcsolatba. Hiába kérvényezte, hogy felvegye a kapcsolatot a feleségével, vagy hogy szervezzék meg Lavinia Oroszországba utazását, azt javasolták, hogy az a házasság, amit Amerikában kötött, náluk nem hivatalosnak is tekinthető, ezért tiszta szívvel újrَاهázasodhat, de azt is közölték vele, hogy választottja csak munkatársa lehet, akiben megbízik az állam. A Párt talált is egy 27 éves gépírónőt, Guscsinát, akit szépen hozzáadtak a tudóshoz. Később, amikor Theremin erről a feleségéről nyilatkozott, azt mondta, az volt benne a legjobb, hogy a bátyja szerette a zenét, és jól játszott harmonikán.

1948-ban Thereminé ikrekkel ajándékozta meg férjét. Ettől kezdve nem kellett gépíróként dolgoznia, hanem elszigetelt lakásukban a gyerekekkel foglalkozhatott. Ez is kiváltságnak számított.

Ha a tudós vagy a felesége elhagyta a la-



Theremin és Lydia Kavina (Kirill Fedorovics Nesturk lánya) 1989-ben

kást, sosem volt egyedül, mert két sportkabátos állambiztonsági tiszt követte őket.

1950-ben történt, hogy Theremin Moszkvában sétált az utcán – természetesen vele volt a két kabátos úriember is. Egyszer csak szembejött vele valaki. Összenéztek. Theremin felismerte, hogy harminc éve nem látott rokona, Kirill Fedorovics Nesturk nézett vele szembe. Nem szólt, mert tudta, hogy ezzel csak galibát okozna rokonának. Fedorovics otthon elmondta a feleségének, kit látott, és tudta, hogy Theremin csak azért nem szólt hozzá, mert nem akart bajt. Theremin nem titkolta a találkozást, jelentette, hogy felismerte egyik rokonát. A Párt engedélyezte, hogy kapcsolatba kerüljön Fedorovicsékkal.

Kirill Fedorovics Nesturk és a család egy napon döbbenet figyelte fel arra, hogy lakásuk előtt megáll egy fekete autó, amiből Theremin és az elmaradhatatlan két sportkabátos tiszt kopog be hozzájuk. Muszáj volt ajtót nyitniuk. Megtörtént a találkozás. A rokoni öleléseket követően hivatalos okmányok kerültek elő, és a család minden tagjával aláírták, hogy senkinek sem fognak beszélni a látogatósról és a találkozásról. Mivel addig mindenki úgy tudta, Theremin meghalt, jobb volt, ha senki sem tudta a rokonságban másként.

		1.	OXIGÉN (RÉG.)	ÜNNEPÉLYES RENDZEVÉNY	Q ... SUMAC (ÉNEKESNŐ)	NÉMA DÁKI	FONTOS IPARI FEM	NŐI NÉV (JÚL. 26.)	LÓNÉV	MAGAS NÖVÉNY NŐI NÉV (SEPT. 23.)	OLASZ IGEN	SPANYOL ARAB	IZOMKÖTŐ VÁRPALOTA RÉSZÉ	DAL NÉLKÜLI DIALI	TOVA	FÉRFI NÉV (MÁJ. 17.)
Egy arab népköltést idézünk a rejtvény főszoraiban.		L														K
	IME				EVŐESZKÖZ CSONT- HÉJAS GYÜMÖLCS					TÖLTÖTT ATOM A TISZÁBA SIET			BECÉZETT ILDIKÓ ALKOTÁS			
	KIARUSÍT KÉZZEL JELEZ					GYÁSZOL DALBETÉT					AZ ÖRÖK VÁROS ÖVEZET				SÓHAJ PÁRATLAN TERMET!	
2.	B	VÉKONY BÁDOG	JÓD ÉS NÁTRIUM A PASAS HASAI		SZAMÁR- HANG IDEGEN ÉSZAK		ÁLLÓVÍZ RÓMAI 2000			BÚZA- SZEMEK KISMÉRTÉK- BEN		A CÉRNA PÁRJA TE ÉS ÉN		HÁROM (OLASZ) LENT		
	ÁLLÍTANAK RÓLA				BELLINI OPÉRAJA BÁNAT			ZAMAT VER					AZ ARGON VEGYJELE ERREFELE!			FÉLSZI! TOLLAS ÁLLAT
	LUSTA KERET			... DEREK (SZÍNÉSZNŐ) KÖNYV-MEG- JELENTETŐ		LÁM HÁROM (OROSZ)		SZÉKEN PIHEN MAGAS (HANG)		MUTATÓ- SZÓ HÍM JUH			EGYSZERŰ ANYAG EMBERI ÖN- ISMERET			SZOBÁT TISZTÁVÁ TEVŐ
				RÖVID NÖVÉNY- VILÁG			ERKÖLCS- TAN LISZTET TISZTÍT					ZAVATOS TOR! HIÁNYT SZÜNTET			ATTÓL KEZDVE! AZONBAN	
	MAGAD		AZ ATYAFI RÉSZE! AZ ARZÉN VEGYJELE		DOKTOR (RÖV) SKÁLA- KEZDET		AZ ISME TARTALMA KULTÚR- NÖVÉNY		MENJI (ANGOL) FRANCIA RT.		KAPU FELE! ERŐS ESŐ			MAXI DOBOZ A FALU KÖZEPE		
	FUT A TETEJÉRE				OKOS RITKA (LATIN)			NÁTRIUM- KARBONÁT PÁRATLAN HOLMI!						ÓPIUM ALAP- ANYAGA KÁLYHA SÜTŐJE		
		MAGÁVAL VISZ A VÍZ CSELFÓGÁS				SZILÁGY- SÁGI VÁROS SKATULYA				SZÉGYELL RÉGI ÍRÁS- TUDÓ					ARRAFELE! PERZSA URALKODÓ	
	NÉMA GÓTI		FÁBA VÉS RÓMAI 550		ISMERT, TUDOTT NAGY, KE- MÉNY TEST				FÉRFI NÉV (NOV. 15.) BIRLÓZÁS, CSATA				SZÉKELY IS LÁNYUNK FÉRJE		EZERI! DEKORÁCIÓ	
	TEJTERMÉK			ILION IDE SZÁLLÍT				OSZTRÁK RÉGIO KALÓZOK ITALA				MŰV. TÖR- TÉNÉSZ (NORA) AZ ORRÁHOZ				
	A KEMENCÉ- BEN KÉSZÜL		MELEG FÁBA VÉS		KETTŐZVE CSECSEMŐ NÉMET TOJÁS		A RUTÉNIUM VEGYJELE KELETLENI!		NUMERO (RÖV) FÉLZSÁK			REPEDT RÉSZI! KÁVÉ!		MEGGYŐZŐ- DÉS PÁRATLAN RUHA!		
		JÚLIA SZE- RELME MAGYAR AUTÓJEL				A FÖLDÖN FEKVE HALADÓ NÉVELŐ					NEMESGÁZ SPANYOL AUTÓJEL				ÁSVÁNYI FÜSZER FÉLBE!	
	ANGOLUL KÉRDEZ	O														L.N.J.

Június 11-i rejtvényünk megfejtése: **A szorgalom hatalmas támasz a közepszerű tehetségnek is.**

A sztárok napja: Messi három, Mbappé és Haaland két-két góllal kezdte a vb-t

Lionel Messi mesterhármassal vezette győzelemre a címvédő Argentínát Algéria ellen, míg Kylian Mbappé duplájával Franciaország is sikerrel rajtolt a 2026-os labdarúgó-világbajnokságon. A keddi játéknapon Norvégia Erling Haaland két góljának köszönhetően magabiztosan verte Irakot, Ausztria pedig Jordánia ellenében szerezte meg a három pontot. Összefoglaló.

I csoport:

* Franciaország – Szenegál 3-1 (0-0)

Szünetig kiegyensúlyozott volt a küzdelem, a nagyobb helyzetei az afrikai csapatnak voltak. A franciák a második félidőben magasabb fokozatba kapcsoltak, és Kylian Mbappé, valamint Bradley Barcola góljával kétféle előnyt szereztek. A szenegáliak a hosszabbításban Mbaye révén szépítettek, de Mbappé második találatát végleg eldöntötte a mérkőzést. A legutóbbi vb-ezüstérmes franciák így győzelemmel kezdték a tornát, Mbappé pedig már 13 világbajnoki góllal áll pályafutása során.

* Irak – Norvégia 1-4 (1-2)

A norvég válogatott sikeresen tért vissza a vb-döntő tornára 1998 után. A skandinávok vezére Erling Haaland volt, aki két gólt szerzett az első félidőben – közben az irakiak egyenlíteni tudtak. A második játékrészben Leo Östigard fejesgóllal növelte az előnyt, majd a hosszabbításban egy öngól alakította ki a végeredményt. Irak ezzel vereséggel rajtolt a világbajnokságon, ahol 40 év után játszik ismét.

J csoport:

* Argentína – Algéria 3-0 (1-0)

A mérkőzés főszereplője az a Lionel Messi volt, aki mindhárom gólt szerezte. A nyolcszoros aranylabdás támadó re-

kordot jelentő hatodik világbajnokságán lépett pályára, és 200. alkalommal szerepelt az argentin válogatottban. Messinek, aki a torna első mesterhármását jegyezte és ezzel utolérte a vb-k történetének legeredményesebb gólszerzőjét, a német Miroslov Klose, az első félidőben volt egy félésikerült belemenése, amelyért akár piros lapot is kaphatott volna, azonban a játékvezető még csak nem is figyelmeztette. Az argentinok sikere egyben az első dél-amerikai győzelem volt a 2026-os világbajnokságon.

* Ausztria – Jordánia 3-1 (1-0)

Romano Schmid góljával Ausztria szerzett vezetést, de a második félidő elején Olvan egyenlített. A mérkőzést végül egy öngól és Marko Arnautovic hosszabbításban értékesített büntetője döntötte el az osztrákok javára, akiknek egy gólját 1-1-es állásnál, kezezés miatt, videózás után elvette a bírő. Jordánia bátran futballozott, és több veszélyes helyzetet is kialakított, de a hatékonyabb európai együttes szerezte meg a három pontot. Az osztrák válogatott így 28 év után sikerrel tért vissza a tornára.

Egy millió dollárt veszített sportfogadáson, mert a spanyolok nem tudtak nyerni a Zöld-foki Köztársaság ellen

A világbajnokságok történetének egyik legnagyobb szenzációját okozta hétfőn az újonc Zöld-foki Köztársaság válogatottja, amely gól nélküli döntetlent játszott az Európa-bajnok spanyol csapattal.

Az afrikai együttes hőse 40 éves kapusa volt. Vozinha a statisztikákkal foglalkozó Opta kimutatása szerint a vb-k történetének legidősebb hálóőre lett, aki bemutatkozó meccsét kapott gól nélkül hozta le, tette mindezt egyébként hét védéssel.

Érdekes, hogy a kiscsapat egyetlen szabálytalanságot követett el a találkozó során, pedig 74 százalékban a spanyoloknál volt a labda. Előbbi szám a legkevesebb világbajnokságon 1966 óta.

A spanyolok legutóbb a 2022-es világbajnokság csoportkörében, Japán ellen találtak a kapuba, azóta 49 lövésük, valamint 2500 passzuk volt, de gólt nem ünnepelelhetek.

A polymarket nevű oldalon érdekes fogadásokat lehet találni a meccsel kapcsolatban, akadt olyan, aki egymillió dollárt tett a spanyolok sikerére – a profitja csak 80 ezer lett volna –, de olyanról is jelent meg hír, aki 400 ezer dollárt tett arra, hogy az európaiak nem nyernek, ezzel több mint tízszeres pénzt zsebelt be.



Fotó: a FIFA World Cup közösségi oldala

A következő napok programja

Június 18., csütörtök:

- * 2.00 óra: Ghána – Panama (L csoport)
- * 5.00 óra: Üzbegisztán – Kolumbia (K csoport)
- * 19.00 óra: Csehország – Dél-Afrika (A csoport)
- * 22.00 óra: Svájc – Bosznia-Hercegovina (B csoport)

Június 19., péntek:

- * 1.00 óra: Kanada – Katar (B csoport)
- * 4.00 óra: Mexikó – Dél-Korea (A csoport)
- * 22.00 óra: Egyesült Államok – Ausztrália (D csoport)

Június 20., szombat:

- * 1.00 óra: Skócia – Marokkó (C csoport)
- * 3.30 óra: Brazília – Haiti (C csoport)
- * 6.00 óra: Törökország – Paraguay (D csoport)
- * 20.00 óra: Hollandia – Svédország (F csoport)
- * 23.00 óra: Németország – Elefántcsontpart (E csoport)

Menezstették Tunézia szövetségi kapitányát a svédektől elszenvedett kiütéses vereség után

A tunéziai labdarúgó-szövetség menesztette Sabri Lamouchi szövetségi kapitányt néhány órával azután, hogy válogatottja 5-1-re kikapott Svédországtól a 2026-os világbajnokság F csoportjának nyitómérkőzésén a mexikói Monterreyben.

Az 55 éves szakember 2026 januárjában vette át a csapat irányítását Sami Trabelsiltől, akit az Afrika-kupáról való kiesést követően bocsátottak el. Lamouchi mindössze öt mérkőzésen ült a tunéziai válogatott kispadján, mérlege egy győzelem, egy döntetlen és három vereség volt.

Tunézia a világbajnokság csoportkörében még Japánnal (június 21.) és Hollandiával (június 26.) találkozik.

Húsz év után ismét Stanley-kupa-győztes a Carolina Hurricanes

Húsz év várakozás után ismét Stanley-kupát nyert a Carolina Hurricanes, miután az észak-amerikai profi jégkorongliga (NHL) döntőjében 4-2-es összesítéssel felülmúlta a Vegas Golden Knights együttesét. A finálé hatodik mérkőzésén a Hurricanes idegenben 3-0-ra győzött, a gólokat Taylor Hall, Jackson Blake és Nikolaj Ehlers szerezte.

A Carolina vezetőedzője, Rod Brind'Amour játékosként és csapatkapitányként is részese volt a klub első Stanley-kupa-sikerének 2006-ban. Az NHL történetében ő lett a hetedik személy, aki ugyanazzal a csapattal játékosként és edzőként is elhódította a trófeát.

A rájátszás legértékesebb játékosának a Hurricanes csapatkapitányát, Jordan Staal-t választották, aki a döntő első öt mérkőzésén hat gólt szerzett. A 37 éves hokis a díj történetének legidősebb kitértetettje lett, 17 évvel azután, hogy a Pittsburgh Penguins játékosaként megszerezte első Stanley-kupáját.



Fotó: Carolina Hurricanes

Megbukott a 5+6-os szabály A sportdöntőbíróóság a Craiova és a Rapid oldalára állt a szövetség ellen

A Román Labdarúgó Szövetség (FRF) elvesztette a lausanne-i Nemzetközi Sportdöntőbíróóság (TAS) előtt azt a jogi eljárást, amelyet a CSU Craiova és az FC Rapid 1923 indított a labdarúgó Szuperligában bevezetett, úgynevezett 5+6-os szabály miatt. A döntés értelmében a föderáció nem kényszerítheti kötelezően a klubokat a vitatott előírás betartására.

A 5+6-os szabály lényege az volt, hogy a csapatoknak legalább öt, Romániában képzett vagy a román válogatottba behívható játékost kellett volna egyszerre pályára küldeniük a mérkőzések jelentős részében. A rendszer a szezon meccseinek legalább 75 százalékára vonatkozott, és célja a hazai játékosok szerepeltetésének növelése volt a Szuperligában és a Románia-kupában is.

A szabály megsértése pénzügyi szankcióval járt

Doru Andrei a Seps OSK-hoz igazolt

A Seps OSK tovább erősíti keretét a labdarúgó Szuperligába való visszatérés után: a klub legújabb igazolása a 23 éves Doru Andrei, aki az FC Voluntari csapatától érkezik.

Román sajtóinformációk szerint a középpályás havi 10 ezer eurós fizetést kap majd Sepsiszentgyörgyön, valamint 25 ezer eurós aláírási bónuszban is részesült, miután szabadon igazolható játékosként csatlakozott a székelyföldi klubhoz. Andrei korábban négy évig játszott a Voluntarinál, ahol majdnem 100 tétmérkőzésen lépett pályára, és 12 gólt és 6 gólpasszt jegyzett.

A Seps OSK célja, hogy stabilan megvesse a lábát az élvonalban, és akár a felsőházi rájátszásért is harcban szálljon. A klub korábban már bejelentette Bogdan Vătăjelu érkezését, és további erősítések is várhatók a nyári átigazolási időszakban.

volna: a klubokra 150 ezer eurós bírságot szabtak volna ki, amelyet később a szabályt betartó egyesületek között osztottak volna szét. Az élvonalban szereplő csapatok azonban vitatták az előírás kötelező jellegét, és az ügy végül a Nemzetközi Sportdöntőbíróóság elé került.

A TAS mostani döntése alapján a kötelező érvényű kényszerítés nem állja meg a helyét, így a rendszer ebben a formában nem alkalmazható. Ez komoly fordulatot jelent az FRF korábbi szabályozási törekvéseihez képest, amelyek a hazai játékosok szerepeltetésének növelésére irányultak.

Az FRF közleményben jelezte: elfogadja és tiszteletben tartja a döntést, de továbbra is stratégiai célként tekinti a román futballisták fejlesztését. A szövetség szerint a hazai játékosok minél nagyobb arányú játéklehetősége kulcsfontosságú a válogatott jövője és a klubok hosszú távú versenyképessége szempontjából, ezért továbbra is ösztönözni szándékozik a klubokat, hogy önként kövessék a korábbi elveket.

Portugál edző a Kolozsvári CFR-nél

A portugál Antonio Folha a Kolozsvári CFR 1907 labdarúgócsapatának új vezetőedzője.

Az 55 éves szakember játékosként az FC Porto, a Standard Liège, valamint több portugál élvonalbeli klub színeiben is pályára lépett, emellett a portugál válogatottban is szerepelt. Edzőként dolgozott a Porto utánpótlásában és más portugál csapatoknál, köztük a Portimonense élvonalbeli együttesénél.

Antonio Folha, akit hétfőn mutattak be hivatalosan, Daniel Pancut váltja a kispadon, aki a Rapidhoz távozott.

Épül az A8-as autópálya

Hozzáfognak a sóvárad szakasz előkészítéséhez

Elkezdte a nyertes török Ozaltin Insaat Ticaret ve Sanayi A.S. és az Infravis SRL alkotta török-román cégtársulás az előkészítő munkálatokat az Erdélyt Moldvával összekötő A8-as autópálya második, Nyárádszereda és Sóvárad közötti szakaszán.

Gligor Róbert László

Közel egy hónapja jelentek meg az első munkagépek Nyárádszereda fölött, amelyek a lakott területen kívüli terepen elkezdték az előkészítő munkálatokat (földgyalulást) a Székelyberével közös közigazgatási határ mindkét oldalán. A cégtársulás már hónapokkal ezelőtt megkezdte a berendezkedést a pályaépítési munkálatokra, amikor Nyárádmagyarós alsó végén telephelyet alakított ki több tucat munkagépe számára. Mivel a március 15-ére becsült kezdési rendelet határideje több mint két hónappal kitolódott, a munkagépek csak nemrégiben láthattak neki a terep előkészítésének.

Az A8-as sztráda második, immár hegyvidéki szakaszának megépítésére 2,98 milliárd lejt (héa nélkül) biztosít az állam a 2021–2027-es szállítási programból. A 23,4 kilométeres autópályaszakasz két alagút (330 méter hosszan Kibéd és 740 méteren Nyárádmagyarós határában), egy pihenőparkoló és két vadátkelő is épül.

Eközben javában épül az autópálya első, Marosvásárhely és Nyárádszereda közötti 24,4 kilométeres szakasza, ahol egyes véle-

mények szerint már elkészült a 40 százaléka. Egy június 10-én készült videófelvételen szemmel látható – bár hatalmasnak nem nevezhető – a haladás az egy hónappal azelőtti állapothoz képest. A 2,4 kilométeres bevezető szakasz (amely az A3-as és A8-as autópályákat köti össze Maroskeresztúr és Dózsa György között) a hatalmas gödrök helyett végre látszanak a vízávezetők, és kezd körvonalazódni a kapcsolódási pont is. Az A8-as pálya alsó szakaszán még mindig nem költöztették el a magasfeszültségű légi villanyvezetéseket és azok tartóoszlopait, de építik a Nyárád és a keskeny nyomtávú vasútvonal feletti áthidalók talpait. Ugyanúgy épülnek a pályán átívelő hidak talpatai, amelyeken Fintaházát, Somosdot, Szentgericét, Szentháromságot meg lehet majd közelíteni, illetve amelyen átkel a 13A jelzésű ország-, illetve az E60-os nemzetközi út a sztrádán Ákosfalva közelében. Eközben Harasztkereket és Kisgörgényt a sztráda alatti átvezetőkön lehet majd megközelíteni.

Ugyancsak épül a Szentgericén aluli és feletti két vadátkelő, és már körvonalazódni látszik a pihenőparkoló is, ahogyan az ákosfalvi és a nyárádszeredai (demeterfalvi-székelytompai) fel- és leszálló is. Az egész távon (néhány rövidebb szakaszt kivéve) jól halad az úttest építése, néhol már elérte a kellő magasságot, és szinte mind a 44, úttest alatti csapadékvíz-átvezető elkészült. A Szentgericén feletti parkolóhely és a szentháromsági átkelő közötti szakaszon nemrég próbaaszfaltozás történt, az egyik irányban két, a másikon egy

rétegben terítettek le fekete „szőnyeget”. Az alsó szakaszon az útépítés most kezd kézzelfoghatóvá válni, az úttest feltöltése folyamatban van, Káposztásszentmiklós alatt, a 151D jelzésű megyei úttal való találkozásnál pedig a körforgalom kiépítése után elkezdődött az átívelő híd pilléreinek építése is.

Egyszóval az időjárási tényezőktől függetlenül dolgozik a kivitelező, de jól látható az, amit már mindenki rebesget, hogy az év végére tervezett átadási határidő legalább egy évvel ki fog tolni az első pályaszakasz esetében is, míg a második szakaszról ez még egyelőre megjósolhatatlan, hiszen ott

számos egyéb tényezővel nem számol(hat)nak pontosan a tervezők: Nyárádszeredában házakat kell elbontani, és lakott területen kell átvinni a nyomvonalat, azután a Kis-Nyárádot és patakot kell áthidalni, vagy azok folyását kell részben módosítani, erdős részt kell letarolni, hogy az irodából tervezett nyomvonalat tartani lehessen, illetve alagutakat is kell építeni a Nyárád és Kis-Küküllő vízgyűjtőjét elválasztó dombvonulaton, az úgynevezett „transzbekecsi” úttal majdnem párhuzamosan, és a nyomvonalat ez esetben is át kell vezetni a 13A jelzésű országúton.



Az első szakaszon, Szentháromság mellett már leterítették a próbaaszfaltozott szőnyeget

Fotó: Gligor Róbert László

Disney-meséktől a világszínpadig

Amerikába készül a Kiki's Dance Lab

Június 13-án, pénteken este telt ház előtt tartotta évváró előadását a marosvásárhelyi Kiki's Dance Lab. A Disney történetei köré épített látványos produkció nemcsak az elmúlt hónapok munkáját foglalta össze, hanem egy új fejezet kezdetét is jelentette: a csapat két hét múlva már az Egyesült Államokba készül, ahol Marosvásárhelyt és Romániát képviselik a World of Dance Summit 2026 nemzetközi döntőjén, Los Angelesben. Az évváró után Baróti Kiki (fotó) stúdióvezetővel beszélgettünk.

Bándi Zsolt

– Különleges hangulatú előadásnak lehetett tanúja a közönség. Mi volt az idei évváró koncepciója?

– Az egész félét a Disney történetei és zenéi köré építettük. Ezek a mesék generációkat kötnek össze, és olyan értékeket hordoznak, amelyek a tánc világában is meghatározóak: a bátorság, a kitartás, az összetartozás és az önmagunkba vetett hit. Az előadás egy képzletbeli világ körüli utazás volt, amely Európából indult, majd Afrikán és Ázsián át Amerikába vezetett. Minden kontinenshez olyan történeteket választottunk a Disney-mesékből, amelyek valamilyen formában kapcsolódnak az adott kultúrához.

– A közönség huszonnégy produkciót láthatott. Mennyire volt nehéz összeállítani ezt a műsort?

– Nagyon sok munka áll mögötte. Nemcsak új koreográfiákat készítettünk, hanem több versenyprodukciót és korábbi táncetűdőt is Disney-zenére dolgoztunk át. Szerettem volna, hogy a táncosok megtapasztalják, hogyan változik meg egy mozdulat jelentése, ha más zenéi környezetbe kerül. Ez kreatív kihívás volt számunkra, ugyanakkor nagyon izgalmas folyamat is.

– Mit jelent egy ilyen évváró a táncosok számára?

– Egyrészt ünnep. Ilyenkor viszszanézzük arra, mennyit fejlődtek a gyerekek és a fiatalok az elmúlt hónapokban. Másrészt ez egy fontos

állomás is, hiszen a színpadi tapasztalat minden táncos fejlődésének része. Nagyon büszke vagyok arra, hogy a legkisebektől a legnagyobbakig mindenki magabiztosan és örömmel állt színpadra.

– Az évváró gála végén azonban nemcsak egy tanév zárult le, hanem egy új kihívás is egyre közelebb került. Mi következik most?

– Számunkra tulajdonképpen most kezdődik a legintenzívebb időszak. Az évváró után sincs pihenés. A következő két hét kizárólag a versenyfelkészülésről fog szólni. Finomítjuk a koreográfiát, próbálunk naponta, és minden energiánkat arra fordítjuk, hogy a lehető legjobb formában álljunk színpadra Amerikában.

– Nem mindennapi lehetőség egy marosvásárhelyi tánc csapat számára, hogy a World of Dance nemzetközi döntőjén szerepeljen. Mit jelent ez az utazás a stúdió számára?

– Hatalmas megtiszteltetés és óriási felelősség is egyben. A World of Dance a világ egyik legismertebb és legnívósabb táncseménye, ahol a legjobb csapatok vesznek részt és versenyeznek egymás ellen. Az, hogy ott lehetünk, önmagában is nagy eredmény. Ugyanakkor nemcsak saját magunkat képviseljük, hanem Marosvásárhelyt és Romániát is. Ez minden táncos számára külön motivációt jelent.

– Milyen célokkal indul útnak a csapat?

– Elsősorban szeretnénk méltó



módon képviselni a várost és azt a közösséget, amely az elmúlt években mögénk állt. Természetesen mindenki szeretne minél jobb eredményt elérni, de számunkra legalább ennyire fontos a tapasztalatszerzés és az, hogy a gyerekek lássák: a kitartó munka valóban messzire vezethet. Már az is óriási élmény lesz, hogy a világ különböző országaiból érkező táncosokkal találkozhatnak, és egy színpadon állhatnak velük.

– Mit üzenne azoknak, akik figyelemmel kísérik a Kiki's Dance Lab útját?

– Mindenekelőtt szeretném megköszönni a szülőknak, a támogatóknak és a közönségnek a bizalmat. Az évváró előadás ismét megmutatta, hogy milyen erős közösség áll a stúdió mögött. Most pedig következik az újabb nagy kaland. Több mint fél éve nagyon készülünk, két hét múlva pedig

repülünk Amerikába, és mindent megteszünk azért, hogy méltón képviseljük Marosvásárhelyt a World of Dance Summit 2026 versenyén.

– Egy ilyen amerikai versenyen való részvétel nemcsak szakmai, hanem komoly anyagi kihívás is. Hogyan sikerült előteremteni a szükséges forrásokat?

– Valóban, egy ilyen út megszervezése és lebonyolítása rendkívül nagy anyagi terhet jelent a táncosok és családjuk számára. A repülőjegyek, a szállás, a nevezési díjak és a helyszíni költségek együtt olyan összeget jelentenek, amelyet nagyon nehéz lenne kizárólag önerőből előteremteni. Éppen ezért különösen hálásak vagyunk mindazoknak, akik hittek bennünk, és támogatták a csapatot. A segítségük nélkül sokkal nehezebb lett volna eljutni ideig. Megható volt látni, hogy mennyien próbáltak hozzájárulni ehhez az álomhoz. Nemcsak nagyobb támogatások érkeztek, hanem sok olyan felajánlás is, amely mögött egyéni erőfeszítés, jó

szándék és valódi közösségi összefogás állt. Őszintén szólva, voltak olyan támogatók is, akiknek a segítségére nem is számítottunk. Ennek köszönhetően az utazás anyagi terhe jelentősen csökkent a családok számára, ami óriási segítséget jelent. Minden egyes támogatás közelebb vitt bennünket Los Angeleshez, ezért végtelenül hálásak vagyunk minden hozzájárulásért. Nagyon sokan mellénk álltak anyagilag, és nem csak, ezért köszönet jár mindazoknak, akik támogattak, megnézték előadásainkat, illetve az utóbbi hónapok szervezésében részt vettek, velünk izgultak, és hittek bennünk. Ez az út nemcsak a mi sikerünk, hanem egy egész közösség összefogásának eredménye. Reméljük, hogy eljuthatunk Los Angelesbe, ahol a világ legjobbjai között mutathatjuk meg tudásunkat idén júliusban az Anaheim Convention Centerben megrendezésre kerülő World of Dance Summiton. A versenyen a világ több mint hatvan országának táncosai mérik össze tudásukat, tehetségüket.



Fotók: Kiki's Dance Lab

Törvénycsomag a sertés- és szarvasmarhatartók támogatására és a sertéspestis elleni hatékonyabb fellépésre

A parlamentben benyújtott törvénycsomag két olyan állami támogatási programot tartalmaz, amelyet az EU-nak a közel-keleti válság miatt létrehozott ideiglenes támogatási keretrendszere tesz lehetővé, elsősorban a magasabb üzemanyagköltségek kompenzálása érdekében.

„A gazdáknak azonnali megoldásokra és támogatásra van szükségük, ami nem függhet attól, hogy van-e teljes jogkörű kormánya az országnak. Ezért a parlamentben sürgősségi eljárásban iktattuk azt a két támogatási programot, amely konkrét anyagi segítséget nyújt a két legnehezebb helyzetben lévő ágazatnak, a sertés- és szarvasmarha-tenyésztőknek. Emellett olyan törvénymódosítást javasoltunk, amellyel hatékonyabbá tesszük a sertéspestis elleni fellépést: támogatjuk a tisztességes állattartókat, ugyanakkor szigorúbban büntetjük az illegális kereskedőket, akár a szállítóeszköz elkobzásával is, és fokozott intézkedéseket vezetünk be a betegség vaddisznóállományban való terjedésének megfékezésére. A törvénycsomaghoz már előzetesen többpárti támogatást szereztünk, így bízom benne, hogy a parlament mihamarabb elfogadja” – nyilatkozta Tánzos Barna miniszterelnök-helyettes, ügyvivő mezőgazdasági miniszter.

A szarvasmarhatartók minden 22 hónapnál idősebb állat után 68 eurós támogatást kaphatnak. Feltétel, hogy az idei év március 1-jén legalább 10 egyedből, hegyvidéken pedig legalább 5 egyedből álló bejegyzett állománnyal rendelkezzenek.

A sertésartók támogatásáról szóló program hízósertések esetében mintegy 12 euró/férőhely, anyasertések és süldők esetében pedig mintegy 14 euró/férőhely támogatást ír elő. Ezt azok az állategészségügyi engedéllyel rendelkező telepek igényelhetik, ahol 2026. március 1. és 2026. december 31. között sertésenyésztési és/vagy szaporítási tevékenységet végeznek, a telep kapacitásának legalább 30%-át kitevő átlagos állománnyal.

„Kiemelten fontos, hogy a gazdák a jelenlegi nehéz gazdasági körülmények között is számíthatnak konkrét támogatásra. Az RMDSZ által benyújtott törvénycsomag kézzelfogható segítséget nyújt a sertés- és szarvasmarhatartóknak, ugyanakkor hatékonyabb eszközöket biztosít az afrikai sertéspestis elleni fellépéshez. A támogatási programok révén a gazdák részben kompenzálhatják a megnövekedett költségeket, míg a szigorúbb ellenőrzések és az illegális állatkereskedelem visszaszorítása hozzájárulnak a tisztességes termelők védelméhez. Bízom benne, hogy a parlament mielőbb elfogadja ezeket az intézkedéseket, hiszen a gazdáknak most van a legnagyobb szükségük a segítségre, nekünk, törvényhozóknak pedig kötelességünk minél gyorsabban olyan megoldásokat biztosítani, amelyek valódi támogatást jelentenek számukra” – nyilatkozta Magyar Loránd Szatmár megyei képviselő, a Képviselőház mezőgazdasági bizottságának tagja.

Az RMDSZ parlamenti képviselői és szenátorai által aláírt harmadik törvénytervezet a sertéspestis elleni hatékonyabb fellépést célozza a sertésartó gazdaságokról és az afrikai sertéspestis elleni védekezésről szóló 122/2023-as törvény módosításával. A jogszabály betiltja a közvetítői tevékenységet az élő állatokkal folytatott kereskedelemben. Ugyanakkor megfelelő dokumentumok nélküli, illegális szállítmányok esetében a hatóságok legfeljebb öt sertés esetén 500 lejes bírságot róhatnak ki, hat vagy annál több sertés esetén pedig elkobozzák mind az állatokat, mind a szállításhoz használt járművet, továbbá a tulajdonost 10.000–15.000 lej közötti bírsággal sújtják.

Decentralizálják a vaddisznóállomány kezelését, hogy hatékonyabban fékezze a betegség terjedését. Ahol fertőzött állatot találnak, az állategészségügyi hatóság és a helyi járványvédelmi bizottság a fertőzés gócpontjától számított 20 kilométeres körzetben elrendelheti a teljes vaddisznóállomány kilövését. A beavatkozáshoz a szükséges forrásokat a Pénzügyminisztérium tartalékalapjából biztosítják. A törvény arról is rendelkezik, hogy ahol a sertéspestis miatt meg kell semmisíteni az állatállományt, a gazdaságok kártérítést kapnak, és az állatorvosok gócponttal kapcsolatos szolgáltatásait azonnal kifizetik.

„Az afrikai sertéspestis elleni küzdelemben nem elegendő a problémák kezeléséről beszélni, hatékony és gyors intézkedésekre van szükség. Az RMDSZ által kezdeményezett törvénymódosítás egyszerre védi a becsületes gazdákat és lép fel határozottan az illegális állatkereskedelemmel szemben. Nem elfogadható, hogy egyesek szabálytalan szállításokkal vagy dokumentumok nélküli kereskedelemmel veszélyeztessék azok munkáját, akik tisztességesen betartják az előírásokat. Ugyanakkor fontos előrelépésnek tartom, hogy a vaddisznóállomány kezelésével kapcsolatos döntések közelebb kerülnek a helyi hatóságokhoz, hiszen járványhelyzetekben a gyors reagálás kulcsfontosságú. Meggyőződésem, hogy ezek az intézkedések hozzájárulnak a gazdák megélhetésének védelméhez és a vidéki közösségek megerősítéséhez” – emelte ki Könczei Csaba Kovászna megyei parlamenti képviselő, a Képviselőház mezőgazdasági bizottságának alelnöke.

A három törvénytervezetet sürgősségi eljárásban tárgyalja a parlament. Az intézkedések akkor léphetnek hatályba, ha mindkét ház elfogadja őket, majd az államfő kihirdetését követően megjelennek a Hivatalos Közlönyben. (RMDSZ-közlemény)

FONTOS TELEFONSZÁMOK

• Központosított ügyelet (Rendőrség, Tűzoltóság, SMURD, Csendőrség, Mentőállomás): 112	• DIGI - 0365/400-401 - 0365/400-404
• Rendőrség - 0265/202-305	• Áramszolgáltató vállalat - 0800-500-929 - vidék - 0265/929
• SMURD (betegekkel kapcsolatos információk) - 0265/210-110	• Delgaz Grid - 0265/200-928 - 0800/800 928
• Sürgősség szolgálat: - gyermekeknek - 0265/210-177	• Aquaserv: - hideg víz-csatorna - 0265/215-702 - közönség-szolgálat - 0265/208-888 - központ - 0265/208-800 - 08008 208-888
• Marosvásárhelyi Polgármesteri Hivatal - 0265/268-330	• Fogyasztóvédelmi hivatal - 021-9551
• Prefektúra - 0265/266-801	• Vasútállomás - 0265/236-284
• Maros megyei RMDSZ - 0265/264-442 - 0265/262-907	• Vili Kft.: temetkezés, segélyintézés (0-24 óra), professzionális balzsamozás Nemzetközi halottszállítás
• Gyulafehérvári Caritas, otthongondozó szolgálat, 8–16 óra között: 0736-883-110	• Procardia Egészségügyi Központ - 0265/215-119 - Orvosi rendelők: - 0744-282-710 M. Eminescu u. 3. sz.: - 0265/210-087 - Fizioterápia: Arany János u. 46. sz.: - 0730-545-646
• Optika-Optofarm - 0265/212-304 - 0265/312 436 - 0265/250-120 - 0265/263 351	• Alkony Kft. temetkezés (24 ó.) - 0265/263-865 - koporsók, kellékek, - 0745-606-215 - koszorúk - 0745-606-269 - halottszállítás - 0758-047-604
• Optolens szemsebészet - 0265/263-351	
• Dora Optics - 0733-553-976 - 0733-553-976	

**Méltányos reklámdíj fejében
állandó szereplője
lehet
a FONTOS TELEFONSZÁMOK
rovatnak.
Várjuk jelentkezését
a 0265/268-854-es
telefonon.**

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

KÜLÖNFÉLÉK

LÉPCSŐHÁZFESTÉST vállalom előnyös áron. Tel. 0741-699-761. (28524)

MEGEMLÉKEZÉS

**„Másképp lenne minden, hogyha velünk lennél,
ha hozzánk szólnál, ha ránk nevetnél.
Az életünk csendesen megy tovább, de emléked elkísér
egy életen át.
Az emlékezéshez szeretet kell, és akit szeretünk, azt nem
feledjük el.”**

**Fájó szívvel emlékezünk június 18-án a székelykassdi
TÖVISSI IRMÁRA
a drága jó édesanyára, nagymamára, anyósra, testvérré és
rokonra halálának 3. évfordulóján.
Emléke legyen áldott, nyugalma csendes!
Szerettei. (28523-I)**

**Egy év telt el, de a fájdalom nem múlik, mosolyod, hangod
még most is velünk él.
Szeretettel és mély hálával emlékezünk
ELSÄSSER ÁDÁMRA
halálának első évfordulóján.
Szerettei. (28518-I)**



DORA KÓRHÁZ

Teljes körű ellátás
az egész családnak!

- | | |
|--|--|
|  Szemészet |  Gasztroenterológia |
|  Kardiológia |  Fül-orr-gégészet |
|  Érsebészet |  Tüdőgyógyászat |
|  Plasztikai sebészet | |



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
- ▲ 1918. Dec. 1. sugárút 182-184. sz. (Fortuna). Tel: 0265/265-205
- ▲ Rózsák tere 53. sz. Tel: 0265/250-120, 0365/410-559
- ▲ Dózsa György utca 64-68. sz. (a Kaufland udvara). Tel: 0265/212-212
- ▲ Köztársaság tér 5. sz. Tel: 0365/430-939

Szászrégen:

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

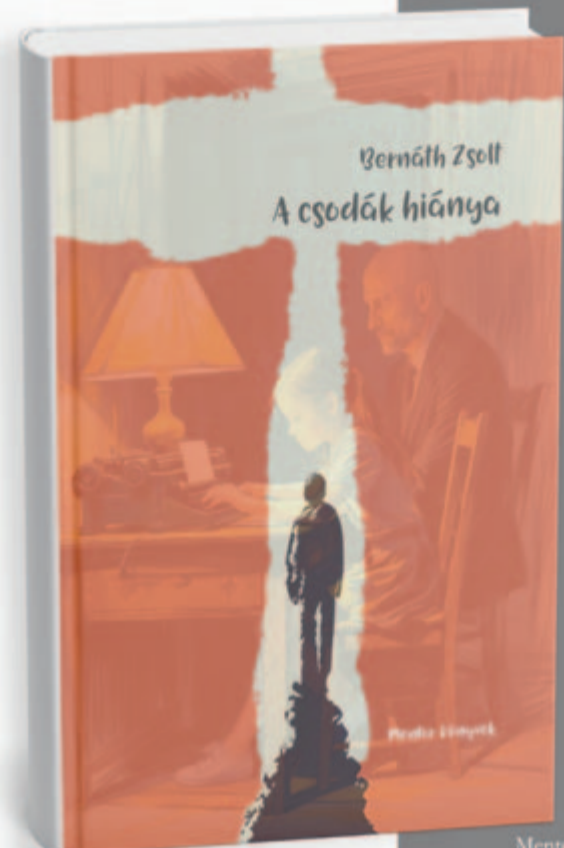
Szováta:

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

Rendelhető a kiadó weboldalán: mentorkonyvek.ro
Megvásárolható a boltokban: Gutenberg, Gemma Book Café

K
Ö
N
Y
V
A
J
Á
N
L
Ó

Rejtő Jenő utolsó hetei.
Az író megrázó története.



mk
Mentor Könyvek

RADIO
KOKO
ONLINE STREAMING

Spălătorie și detailing auto

Beltrand

Marosvásárhely
Predeal u. 97 sz.

autómosó és -kozmetika

Telefon: 0265/223-902

- külső-belső tisztítás
- kárpittisztítás, polírozás, viaszozás

0740-393-060



radio.kptv.ro