

MÉHES és PRIVINSZKY

Mindennemű szőrmében dus választék

Párisi divatszűcsök
Deák Ferenc és Hid u. sarok
Elsőrendű munka, olcsó árak

re szakma csak büszke lehet. Az újabb épülő modern portálok építésével kapcsolatos üvegezési munkálatait Kőrösi készíti és ugye ezen a téren, mint általában minden e szakmába vágó munka terén a Kőrösi-cég neve fogalommal vált. Felesleges dolgot végeznénk akkor, ha a

Fonyó Soma céget

akarnánk bemutatni. A Fonyó Soma cég ma már fogalom és hozzászoktak az emberek, hogy a nagyobb villanszerelési munkákat ez a kitűnő híró cég végezze. A Tanitói Internátusnál tulajdonképpen nem vállalt munkát a cég, mert máshol volt lekötve, de mégis szükség volt rá. Pesti cég kapta meg a villanszerelési munkát, az is kezdte meg a szerelést, de a Fonyó cég végezte be. A munka komplikáltabb részét: a boltozat alatti áthidalást a Fonyókkal végeztették el és a cég kitűnően meg is felelt a meghívásnak. Fonyóék most a társadalombiztosító székház építkezéseinek végzik az összes csillárfelszerelési munkát, ideértve a villámhárítók felszerelését is. Nagyobb villanyfelszerelési munka manapság már el sem képzelhető a kitűnő Fonyó Soma cég igénybevétele nélkül.

Balogh János

bádogosmester és vízvezeték-szerelőnek (Párisi-körut 17.) a csendben és nagy szorgalommal dolgozó régi szegedi iparosnak nevét dícséri a tanitói internátus bádogosmunkájának elkészítése. Még csak hat éve önálló, de már számos állami és magánmunkát szállított a megrendelők meglegedésére.

A Tanitói Internátus építésénél a vászonredőny munkára

Halász és Herlinger

budapesti cég nyújtotta be ajánlatát. Ez a vállalat Szegeden kevésbé volt ismert, eddig, hisz nagyobb munkákat már hosszú évek óta nem voltak. Most, hogy befejezés előtt áll a Tanitói Internátus építkezése, elkészültek már nagyjában a vászonredőny munkájával is, az emberek előnyösen ismerhették meg a Halász és Herlinger céget, mert olyan kiváló teljesítménnyel szerepel a Tanitói Internátus építkezésénél, hogy egész biztosra lehet venni, ezzel a céggel még sokszor fogunk találkozni a szegedi építkezéseknél.

Rózsa István

cserép- és palafedő vállalat (Nyár-u. 18.) a tetőszerelési munkát végezte. A vállalatot a nemrég tragikus körülmények között elhunyt Rózsa István alapította, amely már számos köz- és magánmunkával öregbítette a szegedi ipar régi jó hírnevét. A kiváló iparos váratlan halála miatt nem fejezhette be jelenlegi nagyszabású vállalkozását, neje és fia, kik üzemét tovább vezetik, végezte be.

Auer Sándor

sültői kőbányájából kerültek ki a szobrok, mészkőlapok kőanyaga Magyarország legtöbb szobrának alapzatához szükséges kőveket Auer Sándor szállította. Kossuth Lajos budapesti, Tisza István szobrának alapzatához szükséges kőanyagot is. Auer Sándor kiváló kőfaragó is, számos szép siremlék és más művészi munka hirdeti alkotóját Auer Sándornak Szeged, Kálvária-utca 24. szám alatt van irodája.

A vízvezeték, csatornázás és melegvízberendezés munkáját

Sebestyén József

okl. mérnök központi fűtés-vízvezeték és csatornázási vállalatát végezte. A végzett munka a patinásnevű cég jóhíréhez méltó.

Korom Mihály

Polgár-utca 12. szám alatti ácsmester végezte a tetőszerkezet ácsmunkáját.

Sokszorosítás, iskolai jegyzetek, német, francia, angol fordítások és levelezés, tudományos munkák fordítása, gépirásmunkák
Dr. Szigeti Andornál, Széchenyi-tér 17.

Egészítő SZEPSEG**A helyes testtartás**

Az alapállás mindenkor determinálja a belőle származó mozgást. Tehát mielőtt hozzáfognánk gyakorlataink elvégzéséhez, tisztában kell lennünk annak lényegével. A helyes alapállás kritériuma, hogy álló helyzetben minimális izomerőt vegyen igénybe. Tehát statikája lehetőleg olyan, hogy a test súlyát a csontváztámassza minimális izommunkával. Ennek a követelménynek legjobban megfelel az úgynevezett hensendieck alapállás, mely párhuzamos lábfejtartást ír elő, térdizület ruganyos állapotban, normál medence állás minimális ágyéki hordozással (hormosított gerinc) enyhén zárt lapocka lehúzott vállakkal, kissé kifelé fordított kis ujjakkal a kar. Nyak hátra huzva.

A svéd és német tornarendszereknél az alapállás élesen eltér az előbb ismertetett helyes alapállástól. Ennek lényege a szögállásban rejlik, ami viszont elősegíti a bokaizület és ezáltal a talp hosszoltozatának süllyedését, a hátrafesztett térdizületek a medence extrém tartását és ezáltal az ágyéki lordózis túlfokozását. A medence előrebillenése következtében a hasfalat az egész felsőtest súlya terheli s előidézi többek között az előrebukó hasat, ami ugy esztétikailag, mint egészségileg igen hátrányos.

Mindezek után álljunk ruhátlanul a tükör elé profilba és ellenőrizzük sajátmagunkon a helyes testtartás beállítását. Majd miután sikerült ezt elérnünk, ebből az állásból kezdjük gyakorlatainkat és ezt a testtartást igyekezzünk állandóan megtartani.

GYAKORLATOK.

1. Bemelegítésül fussunk a szobába körbe 2 percig, vigyázva, hogy egyenletesen lélegezzünk és ne fulladjunk ki.
2. Terpeszállásban a testsúlyt egyik lábról a másikra mély gugoláson keresztül visszük át. Vigyázzunk az egyenes törzstartásra. Karok oldalt emelve. Ismételni négyszer.
3. Baltérdre ereszkedünk, jobblábunkat előre nyújtjuk, lábfej a földön. Csípőből emelve a nyújtott lábat hátra lendítjük és letámasztjuk majd emelve, újra előre lendítjük. Ismételjük mindkét lábbal kétszer.
4. Felállunk terpeszbe, karok magastartásba. Beledőlünk felső testtel, karokkal a lábak közé, majd az előre lendületet hirtelen megszakítva, hátra lendülünk, lehetőleg mélyre, karokat szét nyitva. Egyenletes tempóban ismételni hatszor.
5. Hasrafekszünk, karok elöl nyitva. Felváltva emeljük csípőből a nyújtott lábakat hátra négyszer, majd párosan kis lendületből ugyan-csak négyszer.
6. Felállunk, belélegzünk mélyen, miközben lábujjhegyen emelkedünk és karunkat magastartásba visszük. Kis szünet után kilélegzünk lassu gugolásba ereszkedés közben. Ismételni hatszor.

Frankl Lili.

A hámlasztásról

A szépséghibák kezelésénél, nemkülönben az arcápolásnál számtalan esetben alkalmazza a kozmetika a különböző hámlasztó eljárásokat.

A hámlás a bőrnek élettani folyamata, amikor is az elszarusodott hámsejtek legfelsőbb rétegeikben állandóan, szinte észrevétlenül leválnak a köztakaróról. A hámlasztás egy mesterségesen előidézett bőrgyulladás következménye, melyet kiterjeszthetünk a hám különböző rétegeire aszerint, hogy milyenfokú hámlasztásra van szükség. Tetszés szerint többé vagy kevésbé erőlyesen hámlasztjuk a bőrt, a hámnak mélyebb vagy felületesebb rétegeit távolíthatjuk el és velük

mindazokat a rendellenességeket, melyek a hámlo rétegben voltak.

A hámlasztásnak többféle módja van: hámlasztani lehet különböző szappanokkal, oldatokkal, kenőcsökkel vagy kvarcfény besugárzásával.

Ismeretes, hogy a tömény alkohol vízelvonó tulajdonságánál fogva hosszabb használat után bőrgyulladást okoz és így hámlaszt. Ugyanugy hat, ha a káliszappan vagy más lugosszappan habját huzamosabb ideig a bőrön hagyjuk száradni és csak azután mossuk azt le. Erélyesebb hámlasztásra szolgálnak a különböző bőrgyulladást előidéző gyógyszerek vizes, alkoholos vagy kenőcsös alakjai. Legtökéletesebb, legkényelmesebb és leggyorsabb hámlasztást lehet végezni kvarclámpás besugárzással.

Nagyon sokan a hámlasztást közömbös eljárásnak gondolják. Ez téves hiedelem, mert avatatlan kezekben a bőrön, de különösen az arc-bőrön olyan károkat okozhat, melyeket később jóvátenni csak igen nehezen vagy egyáltalán nem lehet. Ezért helytelen minden olyan hámlasztás, amely szakértői ellenőrzés nélkül történik. Helytelen azért is, mert a legtöbb forgalomban levő hámlasztószerben higany van és ez nemcsak az arcbőrt támadja meg, hanem az egész szervezetnek is ártalmára lehet. A higany ugyanis néha egész jelentéktelennek látszó kis adagokban is súlyos mérgezési tüneteket válthat ki az egyik egyénnél, míg a másikon semmi bajt sem okoz. Tehát hatását egyénenként is mérlegelni és ellenőrizni kell. Az egyébfajta hámlasztószerekben is olyan anyagok foglaltathatnak, melyeknek hatását szintén állandóan ellenőrizni ajánlatos.

A hámlasztókurákat tehát sohasem szabad egyedül végezni, hanem mindig csak szakszerű ellenőrzés mellett.

Reiter Oszkárné.

KOZMETIKAI ÜZENETEK:

Z. K. 1. Kar és lábszöröket szőrvesztőkkel ne kezelje, mert csak jobban megerősödnek. Csak elektromos eljárással lehet véglegesen kipusztítani. 2. Gyors és fájdalommentes.

Emilia, Címére levél ment.

B. L.-né. Ne használjon zsíros kenőcsöt, hanem zsirtalanítsa napjában kétszer a bőrt és használjon krémpótlót a puder alá.

Erzsike 22. Teljesen veszélytelen, fájdalommal nem jár és feltétlen eredményes. Ha kérdéseit megismétli és közli címét, úgy levélben részletebben válaszolunk.

Előfizet öneej. A zsíros, pattanásos természetű bőrnek ártalmas a vaj, a zsírosételek, savanyúságok konzerv, saláták, fekete-kávé élvezete.

Kétségbeesett. Leveléből azt látjuk, hogy arcbőrt oly régen pancsolja és izgatja különböző szerekkel, hogy azt pár hét alatt házikézeléssel nem lesz könnyű helyrehozni. Irja meg, hogy száraz-e vagy zsíros természetű-e a bőre, hogy közölhesse milyen szereket és hogyan használjon.

32 éves asszony. 1. Kevesebbet enni és többet sétálni. 2. Erre a kérdésre csak levélben válaszolhatunk ha kérdéseit megismétli és bélyeggel ellátottan címét közli. 3. Az egyetlen a 13 százalékos hidrogén hyperoxid.

Vidéki leány 20. Meg kell várnia, míg haja lefakul, mert ha erőszakosan távolítja el a rossz festékek maradványait, tönkremehet a haja teljesen.

Ne felejtse el,

hogy jó ká-Schiffennél, vásárolhatvét és teát Schiffennél, Valéria-tér.

Ij. Tandari Józsefné a maga, valamint id. Tandari Józsefné, Lantos Ferenc és családja nevében fájdalomtól mélyen megtörve jelenti, hogy drága jó férje, szeretett fia, testvére, sógora

ifj. Tandari József

életének 40-ik évében váratlanul elhunyt. Vasárnap d. u. 1/4 órakor temetjük a Gyevi temető halottas házából. Az engesztelő szent misét hétfőn reggel 8 órakor tartjuk a felsővárosi templomban.

Minden külön értesítés helyett.