

Úttörő a családban

Gyakran láttam kisdobos- vagy úttörőavatáson, hogy a szülőknek örömkönnny csillogott a szemükben, amikor a gyermekekre felke- rült a kék, vagy vörös nyakkendő. Érthető, mert ez a pillanat nagy jelentősé- gű a gyermek életében: tagja lesz az úttörők nagy családjának, s egyben köte- lezettséget vállal, hogy jobban tanul, segít társa- nak és otthon.

Az iskolában, az úttörő- csapatban a nevelők sokat fáradoznak, hogy a gyer- mekek tanuljanak, ismeret- ket szerezzenek, művelt, becsületes fiatalokká nője- nek fel. A gyermekek ne-

biztosítva van. Mi kell eh- hez? Úgy nevelni, hogy felnőttkorában megtalálja helyét a társadaiban, dolgos, becsületes ember legyen, mint lakatos, mezőgazdasági szakmunkás, tanár, vagy atomtudós stb.

A munka szeretetére tör- ténő nevelés már otthon kezdődik. A szülők véleme- nye a munkáról, munkahelyéről, s vezetőiről dön- tően befolyásolhatja gyer- meke véleményét a felnő- tekről, a világról. Ezért ra- gyon üdvös a családban el- sősorban a munka szépsé- géről, érdekességéről, a szü- lő szakmájának érdekessé- géről mesélni a gyermek- nek, s ne az elforduló ki- sebb-nagyobb bosszúságo- kat, gondokat emlegessük.

A kisdobosoknak, úttörők- nek a tanulással mellett vannak otthoni feladataik is. Például: segítsenek a takari- tásban, a bevásárlásban, a ház körüli munkákban. Ért- senek a gépekhez: a mosó- géphez, a rádióhoz, a park- kettőfélfőhöz, a tűzhelyhez. A szülők bátran bízzák meg a gyermekeket otthoni feladatok végzésével, de ne feleddék el számunkra a megbízás teljesítését.

Buzdítani kell a gyerm- ket arra, hogy a kisbellel foglalkozzék, segítsen a tanulásban. A lakóhely kör- nyékén élő idős, egyedül- álló emberek segítségére is ösztönözzük őt, követelje meg tőle, hogy a játszótér, a parkok tisztaságát, épsé- gét védje. Az iskolában, az

úttörőcsapatban jól viselke- dő, szorgalmasan tanuló gyermek otthon olykor el- feledkezik úttörő-kötelezet- téséről. Nagyon üdvös, ha ilyenkor a szülő figyelmezteti őt ezekre.

A mai kor gyermeke ér- deklődő: rádiót hallgat, te- levíziót néz, újságot olvas. Természetesen sok olyan politikai, gazdasági, kultu- rális, vagy más kérdéstről hall, amit nem ért meg. Ilyenkor magyarázni kell a gyermeknek például olyan fogalmakról, mint a becsü- letesség, a hazaszeretet. Sok- szor, a családban történt epizód felidézésével lehet ilyesmit megértetni vele.

Bizonyos korban példa- képet választ magának: gyakran a szülőt, édesapát, édesanyját. Ez nagy felelősé- get jelent a szülők szá- mára: a szó és a tett össz- hangban legyen egymással, mert a gyermek figyel, ösz- seghasonlít, sőt bírál, s nem szabad csalódást okozni.

Már gyermekkorában hoz- zá kell szoktatni a gyerme- keket, hogy szabad idejü- ket hasznosan és kulturál- tan töltsék el. Vigyük őket múzeumba, moziba, szin- házba, segítsük őket szóra- koztató és hasznos tevé- kenységhez. Vannak olyan gyermekek, akik bélyegét gyűjtenek, szeretnek fűni, faragni, képeket gyűjteni, varrni, kézimunkázni, rá- diót szerelni, nyulat ten- nyészteni, vagy virágot ápolni. A hasznos szórako- zások adjunk segítséget.

Persze sok mindenről le- hetne még beszélni, amivel a család segíthet az úttörő- gyermek nevelésében. Ki- nek-kinek a saját családjá- ban kell gondolkodnia azon, hogy mivel tud még job- ban hozzájárulni a jövő nemzedék helyes nevelésé- nek nemes feladatához.

Dr. Windermann Pál

Rékási Endréné



velését azonban az iskola, az úttörőszervezet egyedül nem tudja megoldani. Szük- ség van az egész társada- lom, de elsősorban a szü- lők segítségére.

A szülő akkor a legbol- dogabb, ha a gyermeke éle- tét is boldognak, zavartalan- nak tudja, s a jövője is

Miért fontos az alvás?

Egy rövidre szabott alvás után nézzünk a tükörbe. Sá- padt, fáradt arc tekint víz- sza ránk. Börünk petyhüdt, szemünk fénytelen, fáradt tekintetű. Napközben figyel- metlenek vagyunk, a mun- kánk sem megy úgy, mint máskor. A fáradt, álmatlan- ságtól vörös szemű nő kü- lönösen rossz látvány, bár- mennyire csinosan öltözött is. S valljuk be, előbb-utóbb rájövünk: a nyugodt, egészsé- ges alvás legalább annyira szépít, üdít, mint egy hosz- szabb kozmetikai kezelés.

Az alvásnak az ember szá- mára felbecsülhetetlen jelen- tősége van, s mindennapi életszükségleteink között a legfontosabbak közé sorol- juk. Ezért lehetőleg biztosít- suk magunk és családunk tagjai számára az egészsé- ges, nyugodt alvás körülmé- nyeit.

Az üdítő alvás legfonto- sabb feltétele a jó levegő. Sokan lefekvés előtt még el- szívják egy cigarettát, a ter- jengő füst nem tesz jót alvó szervezetünknek, ezért erről lehetőleg szokjunk le. A szervezet pihenését segíti a beáramló friss levegő, ép- pen ezért lehetőleg nyitott ablaknál aludjunk, vagy le- fekvés előtt alaposan szel- lőztessünk.

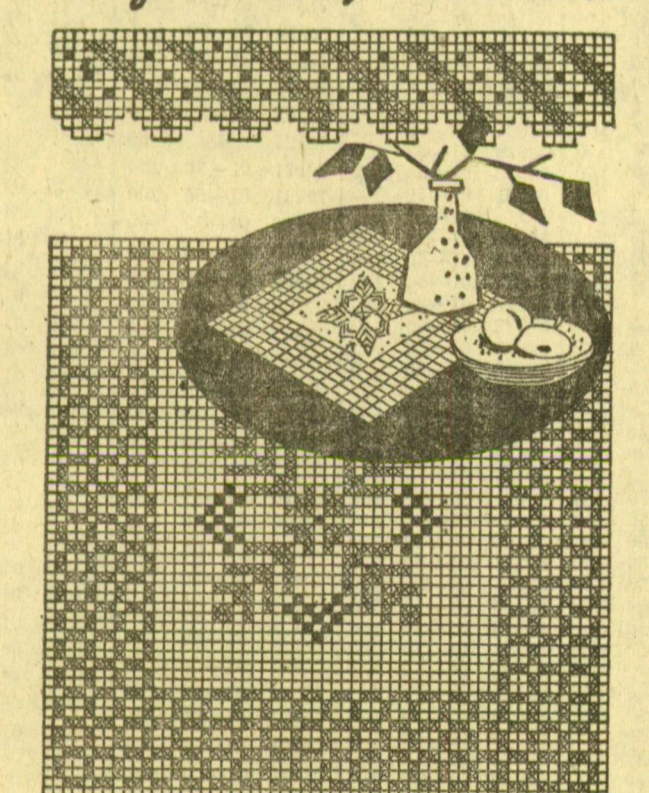
Ágyunk legyen megfelelő hosszú és kényelmes. Sokan három fejpárnát is haszná- nak. Ez nem egészséges, mert ülni nappal is lehet. Márpedig feltornozott fej- jel a szervezet nem pihen megfelelően, mert az izmok pihenése sem biztosított. Alvás közben a fej csak kissé legyen magasabban, mint a test többi része.

Nem véletlen, hogy ott, ahol a család valamelyik tagja alszik, csendre intik a gyerekeket, felnőtteket, ugyanis minden zajra ér- zékenyen reagál az idegrend- szer, s a zavart alvás, vagy az álomból történt felriadás kárt okoz. Jót tesz, ha le- fekvés előtt minden esetben tetőtől talpig lezuhanyozunk, és nem közvetlenül a va- csora után térünk nyugov- óra.

Az alvás tartama a húsz- harmincéveseknél 7-8 óra. Ennyi szükséges ahhoz, hogy a szervezet, az idegrendszer az alvás alatt regeneráló- djék. Gyermeknél az alvási idő lehetőleg 10 óra legyen. Az alvás mélysége az elal- vás után másfél órával éri el a maximumot. Három óra múltán „éberség” jelentke- zik, majd ismét mély, haj- nál felé pedig kevésbé mély

az alvásunk. Az egész heti fokozott munka közepette az alvás- ból elcsent időt nem pótolja a vasárnapi tízórás alvás és lustálkodás. Lehetőleg okos- san osszuk be időnket, mert a rendszeres éjszakai vir- rasztás, szórakozás az ideg- rendszert megviseli, s előbb- utóbb káros következmé- nyekhez vezethet.

Horgoláshoz, himzéshez



Igen sok olvasónk kért ro- vatunktól kézimunkamintát. Két minta közreadásával igye- kszünk kérésüket telje- síteni.

A szekrény belseje akkor csinos, ha a polcokat kes- keny csikkal díszítjük. Ezt az egyszerű mintát kereszt- ben horgoljuk. Készítéséhez fehér, vagy ekrű szánú „hon- leány”-pamutot ajánlunk. Aki szereti a széles mintát, használhat hozzá gyöngyfo- nalat. A szekrénycsík min- táját adó tömött kockákat változatosan horgoljuk. Ké- szíthetünk „zabszemet” úgy, hogy a négy pálcikát egy- szerre, az utolsó ráhajtsá- nál leemeljük, vagy pedig „pó- kot” úgy, hogy az egyik sor- ban ráhajtsunk nélkül öltünk a lyukba, míg a másik fe-

lette levő kockában rende- sen, két ráhajtsákkal dolgo- zunk.

A terítőt többféleképpen készíthetünk. Meghorgolhat- uk a teljes minta szerint. De felhasználhatjuk a közép- en alkalmazott geometri- kus mintát, szetthez, tálcá- kendőhöz. A szélén ismétlő- dő motívum szerint kicsi, vagy nagyobb ablakfüggönyt is horgolhatunk.

Aki pedig hímezni akar — fehér, vagy pasztellszínű kongré anyagra, színes fon- nallal hímezheti. Különösen szép a narancs, fekete-zöld színösszeállítás.

Maglódi Magda

Harmadfokú készütség a Drávan

A Dráva kedden a jugo- szláviai szakaszon már csaknem mindenütt apadt. Magyar területen viszont még árad a folyó. Az utóbbi 24 órában Ortílosnál mind- össze huszonkét centiméter- rel, de Barcsnál majd- nem egy méterrel emelke- dett a víz. Ezért kedden reg- gel már elrendelték a har- madfokú árvízvédelmi ké- szütséget. A Dráva ez év- ben negyedszer fenyegeti a folyó menti lakosságot. Jú- niustól ugyanis minden hó- nap elején újabb árhullám jelentkezett, holott nyáron rendszerint kevés vizet szál- lít a folyó. Lokogapuszta la- kóit átmenetileg kitelepítik.

Jelenleg főleg azon a 18 kilométer hosszú nyári gát- szakaszon védekeznek, ame- lyet a legutóbbi — augusz- tusi — áradás több helyen megrongált. Már helyreállít- tották a sérült töltéseket. A megrongálódott töltésoldalt több ezer homokzsákkal is megerősítették.

A vízügyi szakemberek az árhullám gyors levonulására számítanak.

Budapesten a békehajó

Kedden Budapestre érke- tek a nemzetközi együttmű- ködési év programjában megrendezett béke és bará- tság hajóút résztvevői: Csak- nem húsz ország békemoz- galmának több mint száz képviselője találkozott a Felszabadulás gőzös fedélze- tén, s szeptember 6-19 kö- zött végigjárja a Duna men- ti országokat, sokoldalú esz- mecserékkel, találkozók sorozatával járult hozzá a né- pek közötti barátság erősí- téséhez. Hazánkat nyolctagú küldöttség képviseli a ha- jón, élén Terényi Istvánnal, az Országos Béketanács alel- nökével. A résztvevők Bécs- ből indultak és rövid po- zsonyi tartózkodás után ér- keztek a magyar fővárosba.

A vendégeket a Hazafias Népfront Országos Tanácsá- nak klubjában a Hazafias Népfront, az Országos Bé- ketanács, a magyar UNES- CO-bizottság, a magyar ENSZ Társaság és a Magyar Ifjúság Országos Tanácsá- nak képviselői köszöntötték, és átnyújtották nekik az Or- szágos Béketanács aranyko- szorus jelvényét.

A nemzetközi béke és ba- rátság hajóút résztvevői szerdán reggel folytatják út- jukat, amelynek Belgrád, Rusze és Bukarest a követ- kező állomása.

A Kommunizist szerkesztői Szegeden

Tegnap, kedden, Szegedre látogatott az SZKP KB el- méleti és tudományos folyó- iratának, a Kommunizistnak két szerkesztője: A. A. Sis- kov, a szerkesztő bizottság tagja és Sz. M. Markovnyik, a népi demokratikus rovat vezetője. A szovjet vendégek a Társadalmi Szemle szerkesztőségének meghívására érkeztek ha- zánkba és szegedi útkra elkísérte őket Wirt Adám, a folyóirat rovatvezetője.

A vendégek délelőtt az MSZMP Csongrád megyei bizottságának székházába lá- togattak. Komócsin Mihály, a megyei pártbizottság tit- kára tájékoztatta őket a me- gye politikai, gazdasági, tár- sadalmi és kulturális hely- zetéről. A vendégek ezután a szalámigyárat keresték fel, ahol — Váralyai Rezső igazgató bevezető ismerteté- se után — baráti beszélge- tés alakult ki a nyereségré- szesedéssel, az üzemi taná- csok munkájának és az üzemszervezéssel kapcsolat- ban. Délután a vendégek tis- zai csónakkiránduláson vet- tek részt.

A szovjet vendégek ma- délelőtt utaznak vissza Bu- dapestre.

Magyar gyógyszer Japánnak

A magyar gyógyszerek, amelyeket eddig mintegy 70 országba exportál a ME- DIMPEX gyógyszerkülke- reskedelmi vállalat —, most újabb piacra találtak. „Be- törtek” Japánba is. A vállalat a közelmúltban már szállított kisebb tételeket Japánba, most azonban egy teteme- sőbb mennyiségű, több mint 300 000 dollár értékű Chlo- rampheicol, hazánkban, Chlorocid néven ismert gyógyszer szállítására kötött szerződést.

Hangverseny-sorozatok fiataloknak

Kedden a Magyar Sajtó Házában tájékoztatták az Országos Filharmónia mun- katársai az újságírókat az ifjúság zenei nevelését szol- gáló koncertek idei műsor- terveiről.

A vidéki műsortervekről elmondták, hogy 1965-1966- ban 130 városban, illetve községben ifjúsági bérleti hangversenyeket rendeznek. A koncertekre 175 bérletso- rozatot bocsátanak ki, s az előzetes felmérések szerint csaknem 60 000 fiatal hang- versenybérletre számítanak. Változatos a vidéki koncer- tek tematikája is, amelyet a zenetörténet egy-egy illusz- tris korszakával foglalkozó

előadás és irodalmi szemel- vény gazdagít. Külön-külön sorozatot szenteltek a re- neszánsz, a barokk, a bécsi klasszikusok, a romantika és századunk művészetének. Ér- deklődésre tarthatnak szá- molódok a bérletek, ame- lyek előadásain a művésze- tek egy-egy örök témáját, így a szabadság gondolatát, a szerelmet, a humort, a vi- dámságot, a természet szere- tetét jelölték központi té- mául. Más sorozatokban közelebről mutatnak be egy-egy zeneszerzőt, képzé- ltebeli zenei utazásokat tesz- tek tematikája is, amelyet a különböző műfajok születé- sével.

A formális ügyintézés ellen

Ülést tartott a járási tanács — Napirenden a tanácsok tevékenysége és a közegészségügy

Együttes ülést tartott tegnap, szeptember 7-én a szegedi járási tanács és a szegedi járási népfőnökség a járási tanács kultúrtermében. Az ülésen megjelent a megyei tanács képviselőjében Hantos Mihály vb-elnök helyettes, Csá- penszki István és Simon La- jos, a járási pártbizottság titkárjai.

„Állami életünk demokra- tizmusának fejlődése, a ta- nácsok tevékenysége” címmel — első napirendi pontként — dr. Bereczki János vb-titkár terjesztett elő- jelentést.

A téma vitájában Csá- penszki István, a járási pártbizottság titkára szen- vedélyes hangú, őszinte fel- szólalásában a formális ügy- intézés, a régi idők begom- bolkozó, lekezelő hivatal- nokmagatartásának itt-ott még felismerhető és felle- lhető maradványai elleni kö- vetkezetes harcra hívta fel a figyelmet. — Minden ap- parátusban dolgozó ember- nek éreznie kell: néki kell szolgálnia a köz ügyét, s

nem őt kell szolgálnia a hozzáforduló, egyszerű em- bereknek — mondotta a többi között. Nagy Sándor, a Hazafias Népfront Or- szágos Központja képvisel- tében a népfőnökség nevelő funkciójának betöl- tése módozatairól szolt. Farkas István vb-elnök a demokratizmus kiszélesíté- sének lehetőségeiről be- szélt.

Több más felszólalást kö- vetően az együttes ülés megfelelő határozatokat hoz- tott.

Délután került sor a má- sodik napirendi pont, a já- rás közegészségügyi problé- máinak megválasztására. A jelenlegi helyzetet tartal- masan elemző expozé a kérdéssel kapcsolatban dr. Ozsvár József vb-tag, a já- rás egészségügyi csoportjá- nak vezetője állította ösz- sze. A jelentés részletesen foglalkozik a közegészség- ügy vizsgálatával megbízott hivatali apparátus tevé- kenységével, s felméri a tényeket és problémákat a település-egészségügy, az

élelmezés-egészségügy, a munkaegészségügy, az isko- la-egészségügy, a járvány- ügy és az egészségügyi fel- világosítás terén.

Különösen a munka- és iskola-egészségügy körül alakult ki élénk vita. Dr. Chappon Tibor sóvényházi körzeti orvos felszólalásá- ban a balesetelhárítási ok- tatás fontosságát hangozta- ta. Javasolta, hogy a ter- melőszövetkezetek — a bal- esetek minimálisra szorítá- sa érdekében — csak az alapfokú elhárítási ismer- tek biztos birtokában en- gedjék munkálkodni dolgo- zoikat. Dr. Ocsóvszky László, a megyei KÖJAL igaz- gatója felszólalásában el- sősorban a munka-egészség- ügygel és a település-egés- séggyel összefüggő viszony-okat fejtegette. Kopasz Szilveszter, Katona Zoltán, Németh Ferenc, Török Fe- renc és Szabó József szó- laltak még fel. Dr. Abra- hám Antal, a járási tanács vb-elnök helyettese a bal- esetelhárítás kérdésével fog- lalkozott. A felszólalásokra dr. Ozsvár József válaszolt.

A vitát követően az ülés határozatokat fogadott el a közegészségügyi léte- sítmenyek fejlesztése, a higiénikus vízellátás, a tele- pülésügyi helyzet javítása érdekében.

SZÖNYEGTISZTÍTÁS. Használt szőnyegek, bútorkárpitok, autókárpitok, bőrgarnitúrák TISZTÍTÁST szak- szerűen, felelősség mellett, helyszínen végzve vállal- juk: UNIVERSAL KTSZ Gogol utca 28. Telefon: 31-21, 31-00. x S 103 32