

KÖZSALÁD KÖRBE

Pelerin



Somogyi Károlyné felvétele

Az őszi esős idők divatja most a műbőről készült pelerin. Csinos és praktikus viselet

Mindig több a mosnivaló

Ujít s új üzemébe készülődik a Patyolat

Sokan nem gondolnák, hogy a Patyolat Tábor utcai — bizony eléggé zsúfolt és korszerűtlen — üzemében évente hater ezer mázas ruhát, háztartási és egyéb holmit mosnak. Ugyanide vegyi tisztításra 36 ezer tétel áru érkezik egy-egy évben. A közületek és a városi lakosok azonban még sokkal több munkát adnának a Patyolatnak, ha az elbírná végezni.

A 86 dolgozóból álló kollektíva a jelenlegi körülmények között évről évre 7-8 százalékkal több tisztítási munkát vállal és végez el, de az 1968 végére a tervek szerint üzembe helyező új telephelyen már a mostani munkának háromszorosát is el tudják látni. A város nyugati parkkörzetében közel 40 millió forint költséggel épülő üzem — főleg az NDK-ból rendelt automata gépsoraival — nemcsak Szeged, hanem Csongrád megye többi városainak és 34 nagyobb községének mosatási, tisztítási igényeit is ki tudja majd elégíteni. A kapacitás bővülését jellemzi, hogy míg ma Szeged minden lakosának átlag 81 deka gramm ruhát mos a Patyolat, az új telephely elkészülte után lakosként 3 kilogramm mosására vállalkozhat.

Azonban, amíg a különböző akadályok miatt lassan épülő új Patyolat-üzem el nem készül, szintén eleget kell tenni a követelményeknek. Erre minden igyekezet meg is van a vállalat dolgozóiban és vezetőiben, annál is inkább, mert a mostani jó munkával akarják megnyerni a leendő nagy kapacitású üzem stabil üzletfeleit. Ezért eddig is olyan új szolgál-

atási formákat vezettek be, amelyek népszerűvé váltak a lakosság körében, s a közeljövőben szintén a növekvő igényekhez képest bővítik a szolgáltatási munka választékát. Idén kezdték, s nagy sikerrel folytatják az úgynevezett „feláras” gyors-tisztítás módszerét. Bevezették, hogy felső ruházati cikket az általános 3 heti vállalási idő helyett 72 óra alatt tisztítanak vegyileg a szokásos munkadíj 30 százalékkal növelt összegéért. Jövőre már a háztartási holmik — ágyneműk, függönyök, bútorhuzatok, stb. — tisztításánál is bevezetik ezt a módszert, amit különösen a háziasszonyok fogadnak majd örömmel. (Például: jelenleg 3 forint 10 fillérrel kerül egy kilogramm ágynemű mosatása, s 2 hétig kell rá várni, jövőre ugyanezt a munkát 3 napra vállalják körülbelül 4 forintért.)

Régóta hangoztatott óhaja teljesül a Patyolat üzletfeleinek jövőre azáltal is, hogy — új gép üzembe helyezésével — bevezetik az úgynevezett pipere mosást: finomabb nylon, puplin és selyem holmik, fehérneműk tisztítását vállalják. Ennél is nagyobb igényeket fog ki-élegíteni majd a Lenin körúton építendő gyors-tisztító szalon.

A városiasodással, a város fejlesztésével lépésben fejlődik a tisztító vállalat tevékenysége is. 1970-ig a meglévő felvevő üzletek mellett több új üzletet is nyit a Patyolat. Az új üzem és az új üzletek megnyitása után a jelenlegi, évi hat-ezer kilogramm helyett 20 ezer kilogramm ruhanemű ipari mosása válik lehetővé.

K. J.

A liokáv és társai

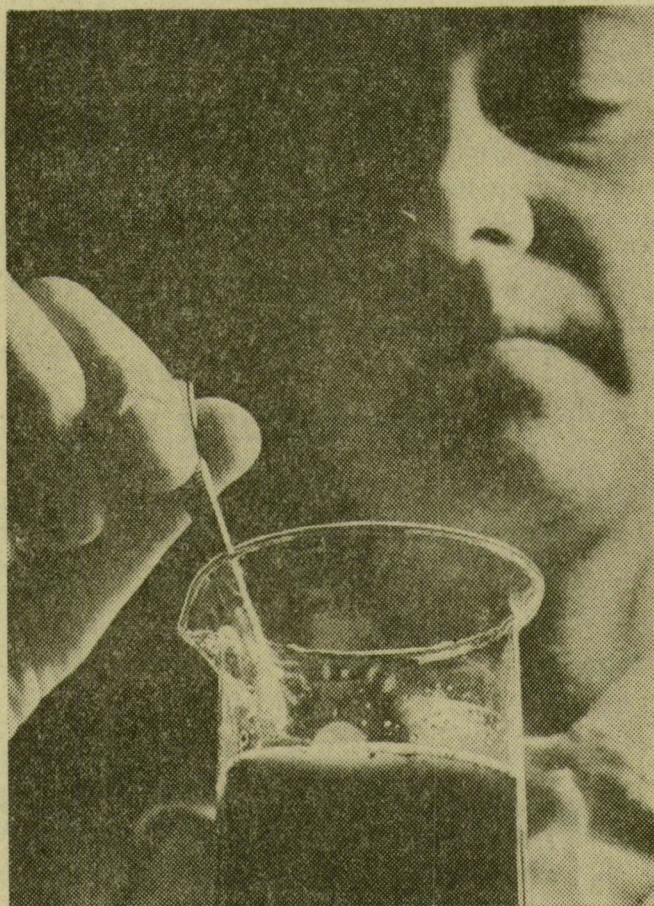
Néhány hónappal ezelőtt az üzletekben új termék jelent meg: a liokáv. Akik vásároltak belőle és kipróbálták, megállapíthatták, hogy ízben és minőségben lényegesen jobb kávé készült belőle, mint az eddigi külföldi gyártmányokból.

A liokáv, mint a neve is mutatja, liofilizálás útján készül. A liofilizálás, vagyis a fagyasztva szárítás olyan szublimációs folyamat, amelyben a nedvesség a megfagyasztott termékből a jég elpárolgása révén távozik el. Ez az eljárás tehát tulajdonképpen két tartósító eljárás, a fagyasztás és szárítás kombinálása útján jött létre. Az élelmiszert gyors-fagyasztják és nagyon alacsony nyomásértéken a nedvesség 99 százalékát eltávolítják. A jégkristályok elpárolgása után porózus anyag marad vissza, amely hosszú ideig eltartható, ha nem éri nedvesség. Víz hozzáadásával a termék gyorsan visszanyeri eredeti állapotát.

A liofilizálás előnyösebb, mint a korábbi élelmiszertartósítási eljárások, mert jobban megőrzi az ízeket, vitaminokat és színeket. A fagyasztva szárított termék akár két évig is eltartható, ha megfelelő a csomagolás.

Az eljárás hátrányai közé tartozik: a vízellátás viszonylag drága, a termék törekeny és ezért óvatos kezelést igényel.

Ennek ellenére a liofilizálás az utóbbi években gyorsan terjed világszerte. Hosszú kísérletezés során kiderült, hogy a liofilizálás akkor drága, ha gyenge, vagy közepes minőségű kávékat használnak fel. Ha a fagyasztva szárításnál jó minőségű kávékat alkalmaznak, az iz kellemesebb aromájú lesz az eddigi gyártmányoknál. Ennek köszönhető, hogy az Egyesült Államokban és Nyugat-Németországban a termelés túlhaladta a francia Nescafé gyártását.



MTI Foto — Tormai Andor felvétele

A liokávéból meleg vízzel néhány másodperc alatt kiváló minőségű fekete kávé

Nagy sikerrel alkalmazták a liofilizálást a gomba konzerválásában. Az ily módon készített termék felvesz a versenyt a frissen szedett gombával, ezért igen nagy jövő áll előtte. Az első amerikai próbák nem sikerültek, mert rossz minőségű csomagolást alkalmaztak, ugyanakkor Kanadában kitűnő terméket állítottak elő.

Nagy reményeket fűztek a szakértők a tojás liofilizálásához is. Főleg azokban az országokban, ahol a tojás-termelés nagy és az értékesítés az eddigi tartósítással, a fagyasztással komoly szállítási és tárolási gondot okozott. A tojás liofilizálását nagyüzemi szinten eredményesen mindeddig csupán Angliában oldották meg.

A Szovjetunió gépipara már szériában gyártja a liofilizáláshoz szükséges berendezést. Tudjuk, hogy az űrhajósok táplálékának nagy része is liofilizált élelmiszerekből áll. A liofilizált termékek mennyisége és választéka növekszik. Kísérleteket végeznek gyümölcsök, szárnyasok, marha- és sertéshús-készítmények fagyasztva szárítására is.

„Minél szélesebb a derék, annál rövidebb az élet...”

Hízás és öregedés

Nincsenek pontos adatok az elízás különböző fokozataiban szenvedő emberek számáról. Am feltételezhető, hogy ezt sokban elősegítette a műszaki haladás. A mai ember különféle okok folytán kevesebb mozgásenergiát használ fel, mint nem is olyan távoli elődjéi.

Igy tehát az elhízást szociális betegségnek — igen, kimondottan betegségnek — tekinthetjük, mert nem annyira a jó alak, a karcsúság, a sűrű termet elvesztéséről van szó, mint inkább az egészséget fenyegető reális veszélyről.

A felnőtt ember szervezetében hét-tíz kilogramm zsírt tartalmaz. Ez a testsúlynak átlagában tíz-tizenöt százaléka. A kövér embereknél azonban szervezetük zsírtartalma olykor rekordmagasságokba emelkedhet. (Sajátjelölések szerint a világ legkövérebb asszonya a 47 éves amerikai F. Wages, aki 154 cm magas és súlya — 375 kilogramm.)

A teltség három fokozata

Tréfásan azt mondják, hogy a teltségnek három fokozata van. Az első irigységet, a második mosolyt, a harmadik részvétet vált ki. Tréfa ide — tréfa oda, e két utolsó fokozat érzékület okoz, megnehezíti a légzést, a máj belső elválasztási mirigyek funkcióinak zavaraihoz, cukorbetegséghez, magas vérnyomáshoz, érelmeszesedéshez vezet. Ne feledjük, hogy a szív-, érbetegségekben szenvedő személyek 75 százaléka a kövérek közül kerül ki.

„Minél szélesebb a derék, annál rövidebb az élet” — mondja egy angol közmondás. S valóban, az elhízott embereknél a vérkeringés igen lassul, a szövetek elgyengülnek, mivel részben összeveszülnek a tehetetlen zsírtömegekkel és a szervezet gyorsan kopik — öregszik.

A statisztikai adatok szerint a 10 kilogramm súlyfelesleggel rendelkező személyek halálozási arányszáma

20 százalékkal magasabb, mint a normális testsúlyúaké.

Egy kis ezt, egy kis azt...

Az elhízás okai között sokminden szerepelhet, de az oka az evésben való mértéktelenség.

Az étvágy jelentkezése távolról sem mindig tanúsítódik arról, hogy a szervezetnek valóban táplálékra van szüksége. Sokan azonban az étvágy legkisebb megnyilvánulására is „egy kis édességgel”, egy kis ezzel, egy kis azzal igyekeznek elverni éhségüket. Márpedig az egészséges felnőtt ember átlagos napi élelmiszeradagja (a folyadékot is beleértve) nem haladhatja meg a 3 kilogrammot.

A hosszú élet problémáit tanulmányozó számos tudós megállapította: minden nagy kort megért ember aktív, mozgékony életmódot folytatott és az evésben a legnagyobb mérsékletet tanúsította.

A súlyfelesleg leadható, de mindenekelőtt korlátozni kell a szénhidrátok, a só, a folyadék, s végül a zsír fogyasztását. Ugyanekkor ajánlatos növényi rostokban gazdag ételeket fogyasztani. Hasznosak a tehermentesítő napok is, heti egy-két alkalommal, de feltétlenül orvosi tanácsra.

Mozgás és mértékletesség

Azoknak, akik fogyni szeretnének, feltétlenül végezniük kell reggeli tornát, mindennapi sétát, azonkívül minden adandó alkalmat meg kell ragadni arra, hogy túrázzanak, ússzanak, sieljenek, vagyis hogy ki-ki a maga kedvenc sportját űzze. Mozogni, különösen a közép- és idős korban, feltétlenül szükséges! Az izmok elsorvadnak, ha nem mozognak. Megállapították, hogy kétheti ágybanfekvés után az idős emberek izmai annyira legyengülnek, hogy

újra meg kell tanulniuk járni.

A régi Róma egyik 112 éves lakosának sírfeliratán olvasható: „Mértékletes volt ételben és italban”. Hérodotosz és Plutarhosz ókori történészek úgy vélték, hogy a hosszú élet két fő tényezője az evésben való mértékletesség és a fizikai munka. Bölcsek megállapításuk mindmáig nem avult el.

(B. Malkin orvos cikkéből, a Szovjetszkaia Rosszija-ból)

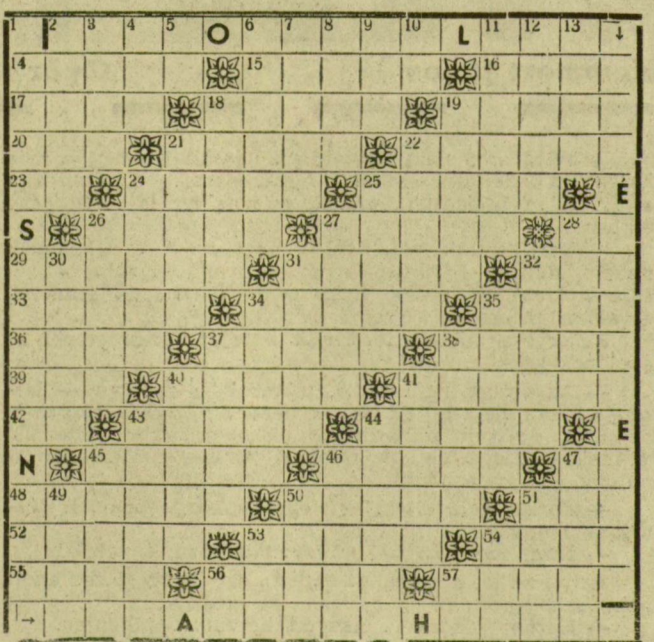
Aranymondás

Mai keresztretjénünkben Móra Ferenc írásából idézünk.

VÍZSZINTES: 2. Az idézet kezdete. 14. A nő, több szláv nyelven. 15. A Noszty fiú... Tóth Marival (Mikszáth). 16. Textiliparáról nevezetes francia város. 17. ... utol (hozza be a hátrányt!) 18. A zenészek olvasnivalója. 19. A bérlet, németül. 20. Ilyen kocsis és ilyen kávé is van. 21. Közlekedési eszköz. 22. Két perzsa uralkodó! 23. Megfordított növény. 24. Község Somogy megyében. 25. Ilyen törpe is van. 26. Behelyez. 27. Széptermétű férfi, régies szóval. 28. Betűk a szoros abécé végéről. 29. A mondat részei. 31. Gömbölyű. 32. Ellenséges ügynök. 33. Lehúgom a redőnyt. 34. Orvosi vélemény. 35. Kitalált történet. 36. Algéria második legnagyobb városa. 37. Kezet fog. 38. Ilyen ügy a bíróságon van. 39. Helyrag és igerag is. 40. Szálloda, amelynek garazsa is van. 41. Kövérkés, ismert idegen szóval. 42. Y. I. 43. Van ilyen szórakozó hely is. 44. Az arany értékmérője. 45. ... áll (jól dolgozik). 46. A szájrüregét a garattal köti össze. 47. A diplomás ember neve előtt áll. 48. Ritka női név. 50. Hasra fekszik. 51. R. A. S. 52. Aki valamit jót áll. 53. Kalitka, röviden. 54. Haszontalan növény. 55. A vízszintes 16-os, kiejtés

szerint. 56. Pedagógus. 57. Kövel, vagy fával dolgozik.

FÜGGŐLEGES: 1. Az idézet befejezése. 2. „A” csavar. 3. Vél. 4. S. N. E. 5. Megfordított névelő. 6. Nagyvárosi fények. 7. Svédország egyik legdelibb fekvésű városa. 8. Csinos, ismert idegen szóval. 9. Alma... (város a Szovjetunióban). 10. Kicsinyítő. 11. Haszontalan módon elköltötte a pénzt. 12. A fát „neveli”. 13. A jegy, bélyeg, latinul. 18. A fej — tréfásan. 19. A súlyt ellenőrzik. 21. Régi erődítmények. 22. Világtáj. 24. Valamilyen összegből elvesz valamennyit. 23. Károly, cseh nyelven (Wlach másik neve). 26. Fából készült épület. 27. A nyáj teszi. 28. A vésige műveltető alakja. 30. Tánctalékesnő (Márta). 31. ...lábás (meleg alsóruha). 32. A kávéhoz tartozik. 34. Más tulajdonában levő értékek, vagy tárgynak a megőrzése. 35. Jól megtermett, nehézkes mozgású személy. 37. Kossuth-díjas költőnk (Lajos). 38. Szőnyegtel tisztít. 40. A budapesti Operaház baritonistája (György). 41. Savval dolgozik. 43. Zöld, több szláv nyelven. 44. Prága egyik kerülete. 45. ...beül (a szobában). 46. Esetleg. 47. Szinpadí mú általanos neve. 49. Enyém, németül. 50. Fülünkkel érzékeljük. 51. Rappár. 53. K. A. E. 54. La ... (Bolivia főváro-



sa). 56. Tóth Lajos. 57. A jogosító utalványt kap a szegedi Móra Ferenc könyvesboltban (Kársz utca): Adók Gizella Kálmány Lajos u., Bódi Sándor Tolbuhin sugárút, Dani Ida Baththyány u., dr. Drégely Józsefné Arany János u., Lőrincz Erzsébet SZTK rendelőintézet, Szalma Baksi Ferenc Nagyalomás, dr. Szűcs Andorné Szilágyi u., Vastag József Lenin körút, Könyvet kapott postán: Buella István Dorozsma, Gyuris Mihály Dorozsma, Katoana Lajosné Mihálytelek, Kispéter Géza Rózské.

M. K.

MEGFEJTÉSEK — NYERTESEK

A két héttel ezelőtt közölt rejtjénnyel megfejtése: A jó férj hajlandó órákon át várni, amíg a felesége két perc alatt elkészül. — A megfejtők közül vásárlásra